

天然酵母パン

も焼ける
P.30~



クーキ P.27~

温泉たまご
もつくれる

黄身は半熟
白身はトロトロ
P.65

ジャム P.64

自動ホームベーカリー（家庭用）
HB-100（1斤専用）

ふっくらパン屋さん

取扱説明書&レシピBOOK 保証書別添付

お買上げまことにありがとうございます。
お取り扱いに際しては、この取扱説明書を必ず
お読みのうえ正しくお使いください。
お読みになった後はお使いになる方がいつでも
見られる所に大切に保管してください。
また、取扱説明書は商品の一部ですので、商品
の転売譲渡に際しては必ずいっしょに引き渡し
てください。



もくじ

● お使いになる前に	1
パンづくりのステップ	1
安全のために必ずお守りください	3
使用上の注意とお断り	6
各部のなまえ	7
操作部のなまえとはたらき	8
パンを焼く前に	9
● 焼き上げまで	
焼き上げまでの使用方法	13
タイマーの使用法	18
● 山形パンメニュー	
食パン 早焼きパンメニュー	20
やわらかパンメニュー	23
フランスパンメニュー	24
ヘルシーパンメニュー	25
スライースパンメニュー	26
クーキメニュー	27
天然酵母食パンメニュー	30
● 生地づくり	
生地づくりの使用法	32
手づくりメニュー	33
ドライイーストを使うパン	33
天然酵母を使うパン	49
生地づくりと保存について	56
● ねり・発酵・焼き	
ねり・発酵・焼きの使用法	57
手づくりメニュー	58
● 生種おこし	
生種をおこす	60
● 山形パンアレンジ	
山形パンアレンジメニュー	63
● ジャム	
ジャムメニュー	64
● 温泉たまご	
温泉たまごの作り方	65
● ご愛用の手引き	
おいしく食べるために	66
お手入れのしかた	67
パンづくりのQ&A	69
パンのできばえがおかしいときは	71
修理を依頼する前に	73
ごん表示がでたときは・仕様	74
アフターサービスについて	裏表紙

ホームベーカリー

ふくらパン屋さん を使った

パンづくりの ステップ

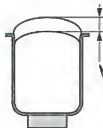
より詳しくは本編をご覧ください。

STEP 2 ホームベーカリーに

材料を
セットして
スタート

STEP 1 作りたいパンの

材料を
用意して
はかる



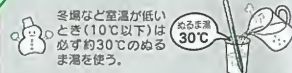
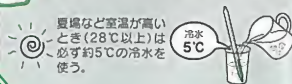
たとえば室温や湿度、
材料の種類やタイマー
の設定時間などに影響
されます。

特にパンの高さは
3cm前後変化します

上手にパンを
焼き上げる
ために...

POINT 1

室温に合わせた温度の水を使う



POINT 2

新鮮な材料を使う

●賞味期限切れの小麦粉や
ドライイースト、天然酵母
母パン種は使わない。



POINT 3

材料は正確にはかる

●小麦粉は、はかり(量さ)ではかる。



デジタルはかりなら
より正確にはかれます

小麦粉は
計量カップで
はからない!

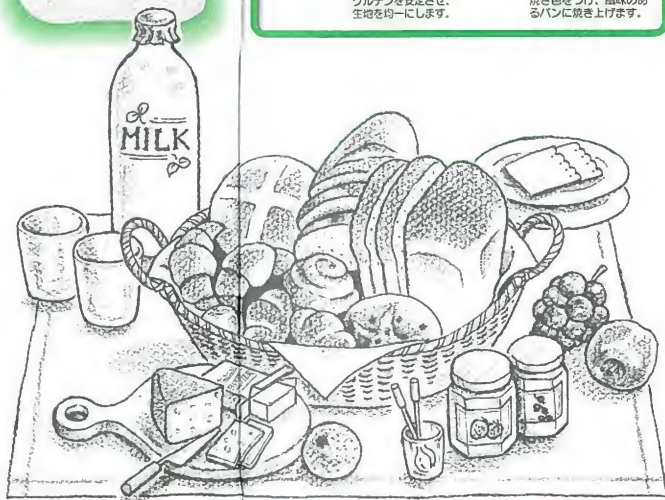


●水・液体をはかるときは必ず付属
の計量カップを使う。
●砂糖・塩・スキムミルク・ドライイ
ースト・ベーキングパウダーをはかる
ときは、必ず付属の小さきスプーン・ド
ライイースト専用スプーンを使う。



STEP 3 ホームベーカリーが

自動で
焼き上げ



ねり
材料をねり合わせて生地
の粘りをだし、グルテン
を生成させます。



発酵
パン用酵母の働きにより生地
をふくらませ、うま味成分や
旨みを作り出す。工程途中で
ガス抜きをします。



予備発酵
グルテンを安定させ、
生地を均一にします。



焼き上げ
焼き色をつけ、風味のあ
るパンに焼き上げます。

STEP 4 プザーがなったら

パンを
取りだす

必ずミトンをはめ、
すぐに取りだす



パンケースを逆さに持って上下に
軽く振り、パンを取りだします。
すぐに取りださないと湿りすぎた
り皮がべたつきたり、焼き色がか
ずたりします。

(ナイフ、フォークなどを使わない)
パンケース内面のフッ素樹脂を
傷めます。

あら熱を取る



※くわしくは本編をご覧ください。

安全のために必ずお守りください

ここに示した注意事項は製品を安全にお使いいただき、あなたや他の人々への危害や損害を未然に防止するための重要事項を警告・注意に分けて示します。必ずお守りください。

警告

取り扱いを誤ると、死亡または重傷などを負う可能性があります。

注意

取り扱いを誤ると、傷害または物的損害が発生する可能性があります。

お守りいただく内容を次の絵表示で区別しています。



このような絵表示は禁止(してはいけないこと)を示します。



このような絵表示は強制(必ずすること)を示します。

警告



禁止

子供だけで使わせたり、乳幼児の手の届くところで使わない。
感電・けがの原因になります。



分解禁止

お客様ご自身で分解したり修理・改造はしない。
異常動作してけがをしたり、感電・火災の原因になります。



※修理は販売店にご相談ください。



禁止

水のかかる所や、火気の近くで使わない。
感電・ショートによる火災の原因になります。



禁止

使用中に可燃性スプレー・シンナーなど可燃物を製品の近くで使わない。
爆発・発火・火災の原因になります。



警告



必ず実施

電源プラグはほごりが付着していないか確認し、刃の根元まで確実に差し込む。
感電・ショートによる火災の原因になります。



ぬれ手禁止

ぬれた手で電源プラグの抜き差しはしない。
感電の原因になります。



必ず実施

交流100Vのコンセントを使う。
交流200Vの電源で使うと火災・感電の原因になります。



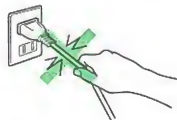
禁止

電源はタコ足配線にしない。
発熱による火災の原因になります。



禁止

電源コードを持って電源プラグを抜かない。
(必ず電源プラグを持つ)
電源コードに傷がつき感電・ショートによる火災の原因になります。



禁止

電源コードを無理に曲げたり、ねじったり、強く束ねたり、ひっぱったり、重いものをせたり、加工したり、足に引っ掛かるような状態にしない。
電源コードが傷み感電・火災の原因になります。



禁止

電源コードや電源プラグは傷んだまま使わない。
感電・ショートによる火災の原因になります。



お使いになる前に 使用上の注意とお願い

⚠ 注意



禁止

テーブルクロス・じゅうたん・ぐらついた台の上など不安定な所や、大理石などすべりやすい所で使わない。

テーブルなどの上、本体の足は汚れたまま使わない。
落ちてけがの原因になることがあります。
(テーブルなどの上、本体の足が粉などで汚れている場合は、水にひたした布をかたくしぼってふき取ってください。)



禁止

焼き上げ中、焼き上げ直後は蒸気口・ふた・本体に顔や手を近づけない。パンを取り出すときは必ずミトンなどを使う。

やけどの原因になることがあります。
特にお子様にはご注意ください。



禁止

使用中は本体を移動させない。
やけどの原因になることがあります。



必ず実施

使用中は、壁・カーテンなどから本体を5cm以上はなす。
火災の原因になることがあります。



電源プラグを抜く

お手入れするときは、必ず電源プラグを抜く。

感電・けがの原因になることがあります。

使用時以外は、必ず電源プラグを抜く。

絶縁劣化による感電・漏電・火災の原因になることがあります。

異常時は、直ちに電源プラグを抜く。

異常のまま運転を続けると感電・火災の原因になることがあります。

- ・ふたを開けたまま使わない。
ふたを開けたまま使用するとパンがうまく焼き上がりません。



- ・使用中に電源プラグは抜かない。
運転が止まってしまい、再スタートしても焼き上がりません。
(くわしくはP.74をご覧ください。)



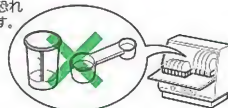
- ・パンケースを食器洗い機で洗ったり、底の部分を水につけたままにしない。
羽根取り付け軸部分に外側から水が入り、羽根取り付け軸が目になくなるなどの故障の原因になります。
(外側はぬれぶきんでふく程度にして水洗いは内面のみにしてください。)



- ・パンケースはていねいに扱う。
パンケースを変形させるとパンのできばえに影響します。



- ・計量スプーン・計量カップを食器洗い機では洗わない。
変形する恐れがあります。



- ・ふきんなどをかけない。
蒸気がでなくなり、ふたの変形や変色の原因になります。



- ・決められた容量以上で使わない。
焼き上がりが悪くなり、ふたの内側にパンがついてしまいます。



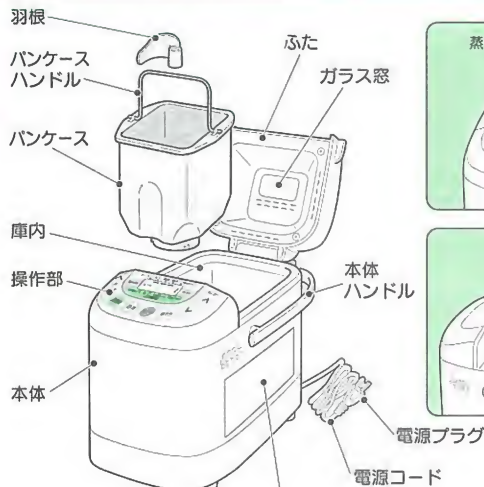
- ・パンづくり及びこの取扱説明書のメニュー以外には使わない。
故障の原因になります。



使用後は

- ・庫内はいつもきれいに。
汚れやパンくずをためたままにしておくと、異臭の原因になります。
- ・お子様の手の届くところや直射日光の当たる場所、異常に温度が高くなる場所(火気や熱源のそばなど)に放置しない。
- ・長期間保管するときは、本体・パンケース・羽根の汚れや水分をふき取って充分乾燥させてから保管する。

各部のなまえ



定格ラベル(本体の側面)
安全上の注意が記載されています。



付属品

※必ず付属の計量カップ及び計量スプーンをお使いください。

計量カップ (1個)

水などをかります。
250ml以上を計量する場合は、
2回に分けてはかってください。
※粉ははかれません。



生種カップ(ふた付き) (1個)

生種おこし専用。
生種の保存にも使います。



大小スプーン (1個)

砂糖などをかります。

0.5の目盛(内側) 0.5の目盛(内側)

すりきり一杯 すりきり一杯

スプーン大 スプーン小

すりきり一杯 すりきり一杯

0.8の目盛(外側)

(市販の計量スプーンとは異なります。)

ドライイースト 専用スプーン (1個)

ドライイーストのみをはかります。

0.5の目盛 すりきり一杯

すりきり一杯

すりきり一杯

すりきり一杯

すりきり一杯

容量について

		スプーン大		スプーン小		
		1杯	0.8	0.5	1杯	0.5
容量	ml	15	—	7.5	4	2
砂糖	g	8	—	4	—	—
スキムミルク	g	6	—	3	—	—
塩	g	—	—	—	4	2
ベーキングパウダー	g	12	10	6	3.2	1.6
		1/2杯 1/4杯		1/2杯 1/4杯		
		1杯	0.5	1杯		
ドライイースト	g	2.4	1.2	2.1		

操作部のなまえとはたらき

- (ドライイースト)
- ① 食パン
 - ② 早焼きパン
 - ③ やわらかパン
 - ④ フランスパン
 - ⑤ ヘルシーパン
 - ⑥ スイートパン
 - ⑦ 生地づくり
 - ⑧ ねり
 - ⑨ 発酵
 - ⑩ 焼き
 - ⑪ ケーキ
 - ⑫ ジャム
 - ⑬ 温泉たまご

工程表示

・調理中 ongoing いる
工程バーが点滅し、終了
した工程は点灯にかわり
ます。

タイマーキー

・タイマーをセットする
ときに押します。

△押すごとに10分ずつ
進みます。

▽押すごとに10分ずつ
戻ります。

・押し続けると早送りにな
ります。

※「スイートパン」「生地づく
り」「ねり」「発酵」「焼き」
「ケーキ」「ジャム」「温泉た
まご」「天然酵母 生種おこ
し」「天然酵母 生地づくり」
はタイマーセットができま
せん。

タイマー ねり 発酵 焼き できあがり



表示部

- ・でき上がりまでの時間・選んだメニュー
番号・焼き色などが表示されます。
- ・スタート後は「できあがり」までの
時間表示に変わります。

タイマー 残り 発酵 焼き できあがり

3:50

生種おこし 食パン 早焼きパン 生地づくり

※表示は残り3分50秒の場合です。

タイマー

メニューキー

・メニュー番号を選ぶとき
に押します。

△押すごとにメニュー番
号が「1 食パン」から
順に進みます。

▽押すごとにメニュー番
号が逆送りします。

※1を表示したときのみ
「ピッピッ」と2回あります。

・スタート後メニュー番
号を見たいときは、△
メニューキーを押すと
メニュー番号表示にな
り、はなすと時間表示
に戻ります。

メニュー

天然酵母キー

・天然酵母を使うメニュー
を選ぶときに押します。

生種おこし

食パン

早焼きパン

生地づくり

上記の順にメニューバー
が点灯します。

取消キー

・スタート後止めたときや、
でき上がり後通電を止める
ときに押します。

・取消キーを押すと、待機中
の表示に変わります。

※スタートさせたあとに取り
消すときは、少し長めに(2
秒以上)押してください。

※表示は「食パン 焼き色 ふつう」の場合です。

スタートキー

・すぐ始めるときや、タイマーを
セットしてスタートさせるとき
に押します。

焼き色キー

・お好みの焼き色(うすめ
ふつう・こいめ)を選ぶ
ときに押します。

食パン・早焼きパン・や
わらかパン・フランスパン
・ヘルシーパン・スイ
ートパン・天然酵母食パン・
天然酵母 早焼きパンの
各メニューで使えます。

・焼き色調整ができる
メニューのとき、焼
き色を表示します。

パンを焼く前に

●パンの材料

■小麦粉



- パンづくりには一般的にタンパク質の多い強力粉を使います。パンの種類により薄力粉を混ぜて使うこともあります。
- 水でねると「グルテン」というタンパク質が形成されて空気を包み込むのでふんわりとしたパンができます。
- 開封後は高温多湿、直射日光を避け、必ず賞味期限内に使いきってください。古くなった小麦粉はグルテンがもろくなるのでパンが小さくなります。
- 国産小麦粉は収穫時期・銘柄・産地でタンパク質の量が異なるため、パンのふくらみに差がでます。
- 業務用のパン専用小麦粉は市販の強力粉とタンパク質の量が異なるため、パンのふくらみに差がでます。

■予備発酵のいらないドライイースト(ドライイーストメニューで使います)



- 適当な温度・水・糖分を与えると活動して炭酸ガスとパン特有の良い香りを作りだします。
- ドライイーストメニューでは必ず予備発酵のいらないドライイーストを使います。予備発酵の必要なドライイースト・生イーストは使用できません。
- 日清製粉の「スーパーカメリア」をおすすめします。
- 開封後は密閉して冷蔵庫で冷蔵保存し、なるべく早く使いきってください。古くなったイーストは発酵力が落ちパンが大きくなりません。

■天然酵母パン種(元種)(天然酵母メニューで使います)



- 天然の食物から培養された酵母でドライイーストよりも発酵力が不安定です。元種は酵母が休眠している状態なので、そのままでは使えません。天然酵母を使った食パンや生地を作るには、始めに元種を「天然酵母 生種おこし」メニューで生種にしておきます。
- ※エムケーホームベーカリーでは菌数(発酵力)が比較的稳定している「ホシノ天然酵母パン種」をお使いください。

品名「ホシノ天然酵母パン種」50g×5袋入り

- ホシノ天然酵母種に関するお問い合わせは
(有)ホシノ天然酵母パン種 お客様相談窓口
TEL.042(737)7825
受付時間 9:00~17:00(土・日を除く)

※お取り扱い店の電話番号、ホームページアドレスは予告なく変更になることがありますのでご了承ください。

■砂糖



- イーストの栄養となり風味や色づきを良くします。また、パンに日持ちを付け、やわらかさを保ちます。

■食塩



- パンの味をととのえ、グルテンを引き締めパン生地を強くします。

■水



- 小麦粉に加えてねると、グルテンが作られます。水の温度を調節すると、パン生地を適切な温度にすることが出来ます。
- ※アルカリイオン水や酸性水は使用しないでください。

ホシノ天然酵母パン種お取り扱い店名

■株式会社東京パンズ TOKYU HANDS INC.
池袋店・新宿店・池袋店・北千住店・二子町店・横浜店・川崎店・町田店・横浜店・心斎橋店・江坂店・三軒店・名古屋店・名古屋ANNEX店・広島店・札幌店
※一部取り扱い店となる場合があります。
http://www.tokyu-hands.co.jp

■株式会社「ママの手作りパン屋さん」
フリーダイヤル ☎0120(149)854
TEL.077(510)1777/FAX.077(522)3708
受付時間 9:00~18:00(土・日・祝日を除く)
http://www.mamapan.jp

■株式会社 きくや「ホームメイドショップKIKUYA」
TEL.052(571)2770/FAX.052(571)1505
受付時間 9:00~18:00(日・祝日を除く)
http://www.cc-kikuya.co.jp

■マーガリン・バター・ショートニング



- すだちが細かくやわらかいツヤのあるパンにします。また、パンがたくなるのを遅らせる効果もあります。
- マーガリン・バターは風味を良くします。

■スキムミルク



- パンの色づき・光沢・風味を良くし、栄養価を高めます。入れすぎるとパンの皮がたくなります。

■卵



- パンがおいしそうな黄色になり、光沢・風味を良くします。また、パンにボリュームがでます。卵はよくとききほくしてお使いください。

●パンづくりのしくみ(※メニューによっては工程がかわるものもあります。)

1 ねり



- パン生地材料をねり合わせます。

2 予備発酵



- 生地を休ませます。生地が水分を吸収するので、ふっくらとしたパンになります。

3 ねり



- もう一度ねります。粘りの強い生地になります。

4 一次発酵



- 生地を一定温度に保つことによりイーストの働きを促進させます。

5 ガス抜き



- 一次発酵でたまったガスを抜き蒸気を供給します。

6 二次発酵



- 再び生地を発酵熟成させます。

7 ガス抜き



- 再びガスを抜き、酸味を供給して、成形発酵に備えます。

8 成形発酵



- パンの形にする仕上げの発酵です。

9 焼き上げ



- 焼いてパンの状態に仕上げます。















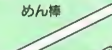

10 取りだし



- 蒸気を逃がします。



●パンづくりの道具

付属品	大小スプーン	ドライイースト 専用スプーン	計量カップ	生種カップ(ふた付き)		
						
用意するもの	温度計	ミトン	こね板	スクーパー	霧吹き	ふきん
						
	ボウル	はかり (10g単位以下のもの)	網	パン切りナイフ	めん棒	はけ
						

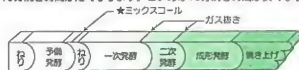
●各メニューの種類とでき上がり時間

ドライイースト

① 食パン

3時間50分(ふつう)

※ふつうに対して、うすめは10分焼き時間が短くなります。こいめは10分焼き時間が長くなります。



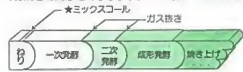
★下記の表はスタートからミックスコールドまでの時間です。
()内はミックスコールドするまでの表示です。

	1斤
うすめ	1時間24分 (2:24)
ふつう	1時間28分 (2:28)
こいめ	1時間32分 (2:32)

② 早焼きパン(食パン)

2時間30分(ふつう)

※ふつうに対して、うすめは10分焼き時間が短くなります。こいめは10分焼き時間が長くなります。

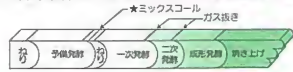


	1斤
うすめ	15分 (2:05)
ふつう	15分 (2:15)
こいめ	15分 (2:25)

③ やわらかパン

4時間30分(ふつう)

※ふつうに対して、うすめは10分焼き時間が短くなります。こいめは10分焼き時間が長くなります。

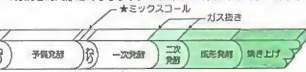


	1斤
うすめ	1時間25分 (2:25)
ふつう	1時間28分 (2:28)
こいめ	1時間31分 (2:31)

④ フランスパン

4時間50分(ふつう)

※ふつうに対して、うすめは10分焼き時間が短くなります。こいめは10分焼き時間が長くなります。

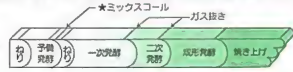


	1斤
うすめ	1時間15分 (3:25)
ふつう	1時間15分 (3:35)
こいめ	1時間15分 (3:45)

⑤ ヘルシーパン

4時間(ふつう)

※ふつうに対して、うすめは10分焼き時間が短くなります。こいめは10分焼き時間が長くなります。

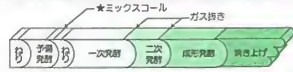


	1斤
うすめ	60分 (2:50)
ふつう	60分 (3:00)
こいめ	60分 (3:10)

⑥ スイートパン

3時間50分(ふつう)

※ふつうに対して、うすめは10分焼き時間が短くなります。こいめは10分焼き時間が長くなります。

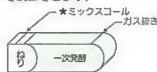


	1斤
うすめ	45分 (2:55)
ふつう	45分 (3:05)
こいめ	45分 (3:15)

⑦ 生地づくり

40分～1時間40分

※発酵時間はタイマーキーで調節できます。



	1斤
生地づくり	15分 (※)

※生地づくりは発酵時間が調節できるためミックスコールドの表示は決まっています。

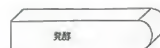
★ミックスコールドについて
レーズンなどくずれやすい材料の入れどきをお知らせします。(ピッチャーと10秒になります)

⑧ ねり 5分～20分(初期値5分)

※ねり・発酵を連続しておこなう場合は「7分までくり」をお使いください。



⑨ 発酵 5分～2時間(初期値30分)

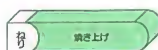


⑩ 焼き うすめ・ふつう共に 5分～1時間40分(初期値5分)



⑪ ケーキ

1時間50分



⑫ ジャム

1時間30分



⑬ 温泉たまご

40分



天然酵母

生種おし

24時間

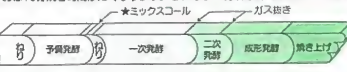
※発酵時間はタイマーキーで調節できます。(1時間単位で1時間～24時間の間)



食パン

7時間10分(ふつう)

※ふつうに対して、うすめは10分焼き時間が短くなります。こいめは10分焼き時間が長くなります。

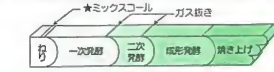


	1斤
うすめ	3時間10分 (3:10)
ふつう	3時間10分 (4:00)
こいめ	3時間10分 (4:10)

早焼きパン

4時間50分(ふつう)

※ふつうに対して、うすめは10分焼き時間が短くなります。こいめは10分焼き時間が長くなります。

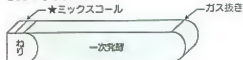


	1斤
うすめ	1時間25分 (3:15)
ふつう	1時間25分 (3:25)
こいめ	1時間25分 (3:35)

生地づくり

40分～6時間20分

※発酵時間はタイマーキーで調節できます。



	1斤
生地づくり	15分 (※)

※生地づくりは発酵時間が調節できるためミックスコールドの表示は決まっています。

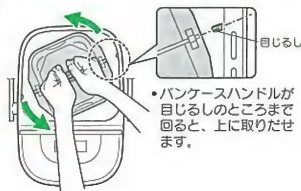
焼き上げまでの使用方法 (1食パン・6スイートパン、11ケーキ 天然酵母食パン・早焼きパン)

タイマーの使用法はP.18～19で説明しています。

※タイマー使用時は、室温により水の量が変わる場合がありますのでご確認ください。

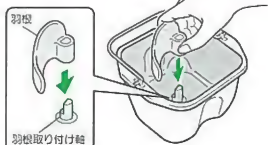
1 本体からパンケースを取りだします。

- パンケースハンドルを持ってパンケースのふちに
ある矢印(ゆるむ)の方向に回し、取りだします。



2 パンケースに羽根をセットします。

- 羽根取り付け軸と羽根の穴の形を合わせ、奥まで
確実に差し込みます。
羽根が浮いているとパンができません。



3 材料を用意します。

- 材料の配合は下記の各メニュー
をご覧ください。

食パン・早焼きパンメニュー	…P.20
やわらかパンメニュー	…P.23
フランスパンメニュー	…P.24
ヘルシーパンメニュー	…P.25
スイートパンメニュー	…P.26
ケーキメニュー	…P.27
天然酵母食パン・早焼きパンメニュー	…P.30

※天然酵母食パンを作るには常に元種を
「生種おこし」メニューで生種しておきます。
生種おこし…P.60

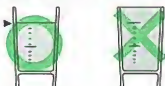
- 材料は正しくはかりましょう。

- ・付属の計量スプーンの場合



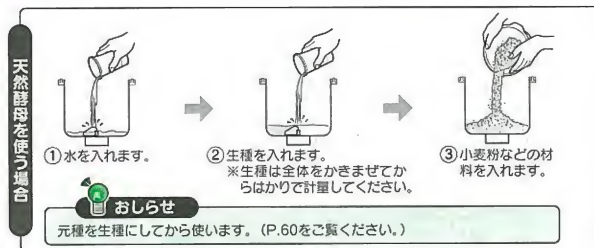
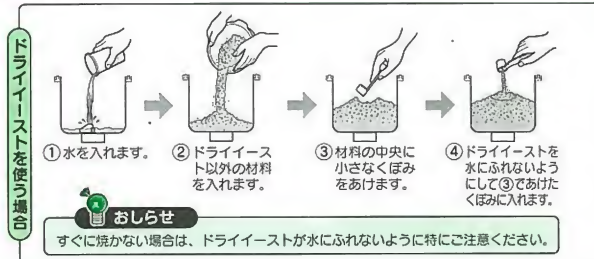
※材料は乾いたスプーンではかりましょう。

- ・付属の計量カップの場合



4 パンケースに材料を入れます。

- ・次の順序で入れてください。



お願い

- 夏場など室温が高いときは(室温28℃以上)
発酵過多になりやすいので、
1. できるだけ涼しい所に本体を置いてください。
2. 必ず約5℃の冷水をお使いください。
(あらかじめ冷蔵庫で冷やした水に氷を入れて作ります。)
- 冬場など室温が低いときは(室温10℃以下)
発酵不足になりやすいので、
1. できるだけ暖かい所に本体を置いてください。
2. 必ず約30℃のぬるま湯をお使いください。

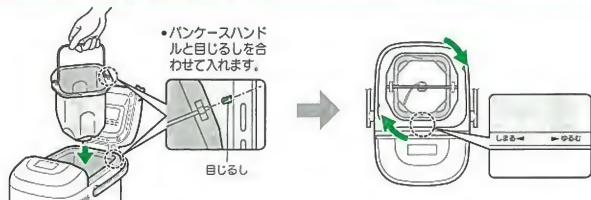
室温と水温のめやす

室温	水温
10℃以下	約30℃
15℃前後	約25℃
20℃前後	約20℃
25℃前後	約10℃
28℃以上	約5℃

- 室温が32℃以上の場合冷水を使用してもパンの
ではえが弱くなる場合があります。
「1食パン」の材料を使って「2食パン」メニューを
選んで焼くことをおすすめします。(ドライイーストの
量は早焼きパンの量ではなく、通常の量を使用します。)

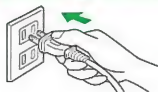
※材料に入れる水の温度は右の表をめやすに調節してください。

5 パンケースを本体に入れます。



- ①パンケースハンドルを持って図のように斜めに入れます。
※パンケースの外側の水分をふき取ってしずかに入れてください。
- ②パンケースハンドルを持ってパンケースのふちにある矢印(しる)の方向に回し、確実に固定します。

6 ふたをして、電源プラグをコンセントに差し込みます。



⚠警告

電源プラグを持つときは、ぬれた手でさわらない。
感電の原因になります。

- ・下記以外の表示のときは「取消」キーを2秒以上押し続けて表示を消してください。



※「---」が表示しているときはメニューキーの
△、▽または「スタート」キーを押してください。

7 メニューキーでメニュー番号を設定します。

- ・用意した材料と同じメニュー番号を設定します。

ドライイーストを使う場合



※「1食パン」を表示するとき
だけ「ピピッ」と2回ブザー
がなります。

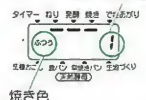
天然酵母を使う場合



例

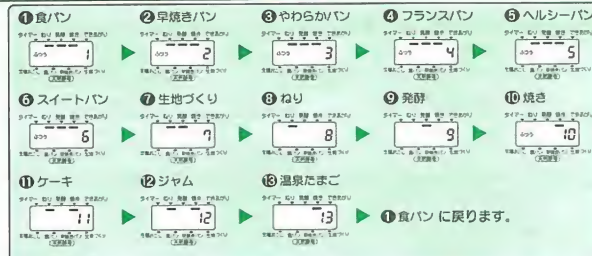
表示の説明
1食パン
焼き色 ふつう
の場合

メニュー番号

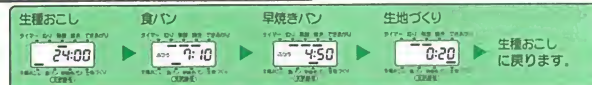


※表示部はメニューキーまたは天然酵母キーを押すたびに、下図のようにかわっていきます。

ドライイーストを使う場合(メニューキーを押す)



天然酵母を使う場合(天然酵母キーを押す)



8 焼き色を設定します。

- ・使用できるのは、メニュー番号1～6・10。天然酵母 食パン・早焼きパンです。

(表示は①食パンの場合です。)



9 スタートさせます。

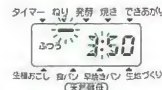
- ・「スタート」キーを押すとねりが始まります。
- ・表示はできあがりまでの残り時間にかわり、おこなっている工程バーが点滅します。
- ・ミックスコールをする場合は「:」(コロン)が点滅します。



ミックスコールをならさない場合

- ・ミックスコールをならさないこともできます。スタート後にスタートキーを押すと「ピピッ」と2回ブザーがなり、「:」(コロン)が点灯かわり、ミックスコールしません。もう一度スタートキーを押すと「ピピッ」と2回ブザーがなり、「:」(コロン)が点灯かわりミックスコールします。「:」(コロン)が点滅...ミックスコールします。「:」(コロン)が点灯...ミックスコールしません。

またミックスコールがなりはじめたときもスタートキーを押すとミックスコールが止まります。
※ミックスコールがないメニューは、はじめから「:」(コロン)が点灯のままかわりません。



スタート後に止めたいときは...

「取消」キーを2秒以上押し続けてください。
(ちょっと短くただけでは止まりません。)

10 パンケースを取りだします。

- ① プーザーがなり「できあがり」の工程バーが点滅したら
 (取消) キーを押してください。



注意

やけどをしないように取りだしてください。

- ② ミトンを使って、パンケースのふちにある矢印(ゆるむ)の方向に回して取りだします。

保温について

パンは焼き上がり直後に取りだした方が、皮がパリッとして、すぐに取りだしのできないときのために自動的に1時間保温しますが、焼き上がったパンを本体の中に長時間放置すると表面がべたついたり型くずれしたり、皮がかたくなることがありますので、できるだけ早めに取りだしてください。

パンケースを取りだすときは必ず (取消) キーを押してください。

11 パンを取りだします。

- ① パンケースを逆さに持ち上下に数回振り、パンを取りだします。
- ② しばらく網の上などにのせ、冷めます。



注意

本体が熱い間は、中に手や物を入れない。
 やけど・発火の恐れがあります。

・パンケースからフランスパンなどかたいパンを取りだすときは、パンケースの裏側の羽根を少し動かすとパンが取りだしやすくなります。(羽根を回しすぎるとパンに大きな穴があいてしまうので注意してください。)



※パンを取りだすときに金属のへらなどかたいものを使わないでください。



おしらせ

連続してお使いになるときは、本体が完全に冷えてから(約1時間後)スタートさせてください。

12 電源プラグを抜きます。

- ・電源プラグをしっかり持って、コンセントから抜いてください。



13 パンケースの中に羽根がかくれる程度水を入れます。

- ・水を入れないでそのまま放置すると羽根が取れなくなることがあります。
 生地がふやけたら水を捨て、パンケース内面、羽根を洗います。



おしらせ

パンケースが濡れますので、長時間パンケースに水を入れたまま放置しないでください。

タイマーの使用法

パンケースの取りだしからメニュー遊びまではP.13～16の1～7と同じ手順でおこなってください。(スタートキーはタイマー時間をセットしてから押します。)

- ・室温が高いときにタイマーをセットすると、冷やした材料の温度がスタート待ちの間に上がってしまいパンのできが悪くなりますので次の処置をしてください。

ドライイーストを使う場合

- ① 本体をできるだけ涼しい場所に置く。
- ② 材料の水を10ml減らす。
- ③ タイマーセット時間を短くする。

天然酵母を使う場合

- ① 下表のように室温とセット時間に応じて生種の分量を調節する。(水の量は減らさない)
- ② 室温が25℃を超えるときは5℃の冷水を使う。(スタート待ちの間に生種が発酵しすぎるのを抑えるため)
- ③ 本体をできるだけ涼しい場所に置く。
- ④ タイマーセット時間を短くする。

室温	25℃以下	25～27℃	27～30℃	30～32℃
セット時間	～16時間	～10時間	10～16時間	～10時間
生種の量	24g(分量どおり)	24g(分量どおり)	18g(分量の3/4)	12g(分量の1/2)

※すぐスタートさせるときは生種の分量は調節せずに、水温のみを調節します。

P.14の「室温と水温のめやす」をご覧ください。

※室温が30～32℃の場合はタイマーセット時間を10時間以下にしてください。

※室温が33℃以上になると生種の分量を調節してもパンはあまりよくできません。

山形パンメニュー

このマークのないものはタイマーを使わないでください。

タイマーの使用法

・メニュー番号または天然酵母 食パンメニューを表示した状態で下記操作をします。

1 タイマーキーで焼き上がりまでの時間を設定します。

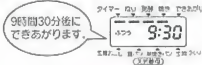
※メニュー番号または天然酵母 食パンメニューが表示されていないとタイマーセットはできません。

- ↑ 押すごとに10分ずつ進みます。
 - ✓ 押すごとに10分ずつ戻ります。
- ※表示特用の画面も10分単位です。



例

現在の時刻が午後9時で翌朝6時30分に食パン・焼きふつメニューを焼き上げたいとき、現在の時刻から翌朝6時30分までは9時間30分ありますのでタイマーを9:30にセットします。

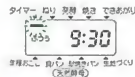


タイマーセット可能時間				
	パン工程時間	最短	最長	
食パン	うすめ	3時間40分	3時間50分	
	ふつう	3時間50分	4時間	
	こいめ	4時間	4時間10分	
	うすめ	2時間20分	2時間30分	
早焼きパン	ふつう	2時間30分	2時間40分	16時間
	こいめ	2時間40分	2時間50分	
	うすめ	4時間20分	4時間30分	
	ふつう	4時間30分	4時間40分	
やわらかパン	こいめ	4時間40分	4時間50分	

タイマーセット可能時間				
	パン工程時間	最短	最長	
フランスパン	うすめ	4時間40分	4時間50分	
	ふつう	4時間50分	5時間	
	こいめ	5時間	5時間10分	
	うすめ	50分	45分	
ヘルシーパン	ふつう	4時間	4時間10分	16時間
	こいめ	4時間10分	4時間20分	
	うすめ	7時間	7時間10分	
	ふつう	7時間10分	7時間20分	
天然酵母食パン	こいめ	7時間20分	7時間30分	

2 タイマーをスタートさせます。

・スタートキーを押すとタイマーの工程バーが点滅しスタートします。



スタートキーを押した後、

できあがりまでの時間を1分単位で表示します。



おしらせ

- ・「メニュー番号6~13」と「天然酵母の生種おこし、早焼きパン、生地づくり」のメニューはタイマーセットができません。
- ・レーズン・野菜・卵・牛乳などを入れてパンを焼く場合、タイマーはご使用にならないでください。(詳しくはP.69をご覧ください。)

材料表について

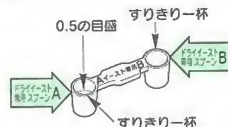
材料の分量は以下のように表記しています。

- 例
- 大 2 …… 大スプーン すりきり1杯
 - 小 1 …… 小スプーン すりきり1杯
 - A 1 …… ドライイースト専用スプーンA すりきり1杯
 - B 1 …… ドライイースト専用スプーンB すりきり1杯

※上記は例です。分量を表す数値はメニューによって異なります。

ドライイーストの容量について

ドライイーストをはかるときはドライイースト専用スプーンを使用してください。



食パン・早焼きパンメニュー

ドライイースト使用

メニューキーで「1食パン」または「2早焼きパン」のどちらかを選んでください。砂糖・塩・スキムミルク・ドライイーストを計量する場合は、付属の計量スプーンの目盛に合わせて正確に計量してください。

※ミックスコールドに入れる材料には★印がついています。(ミックスコールドについてはP.11をご覧ください。)

【カロリー】1斤 1/4切あたりのカロリー表示になっています。

食パン

メニュー番号 1または2

材料 214kcal

水	190ml
強力粉	280g
砂糖	20g 大 2 1/2
塩	4g 小 1
マーガリン	20g
スキムミルク	6g 大 1
ドライイースト	2.4g A 1
早焼きパンの場合	3.6g A 1 1/2

カレー粉パン

メニュー番号 1または2

材料 214kcal

水	190ml
強力粉	280g
砂糖	20g 大 2 1/2
塩	4g 小 1
マーガリン	20g
スキムミルク	6g 大 1
カレー粉	9g 大 1 1/2
ドライイースト	2.4g A 1
早焼きパンの場合	3.6g A 1 1/2

にんじんパン

メニュー番号 1または2

材料 216kcal

水	150ml
強力粉	280g
砂糖	20g 大 2 1/2
塩	4g 小 1
マーガリン	20g
スキムミルク	6g 大 1
すりおろしたにんじん*	50g
ドライイースト	2.4g A 1
早焼きパンの場合	3.6g A 1 1/2

レーズンパン

メニュー番号 1または2

材料 240kcal

水	190ml
強力粉	280g
砂糖	20g 大 2 1/2
塩	4g 小 1
マーガリン	20g
スキムミルク	6g 大 1
★レーズン	50g
ドライイースト	2.4g A 1
早焼きパンの場合	3.6g A 1 1/2

※にんじんは水気が多い場合、軽く水気を切ってください。

★レーズンは水分が多く歯肉の人にすずめ、牛乳などのたんぱく質と組み合わせると効果的。

食パン・早焼きパンメニュー

ドライ
イースト
使用

くるみパン

メニュー番号 1または2

材 料		263kcal
水	190ml	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	15g	
スキムミルク	6g	大 1
★くるみ※	50g	
ドライイースト	2.4g	A 1
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※くるみは粗くぎざみます。

かぼちゃパン

メニュー番号 1または2

材 料		230kcal
水	160ml	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	20g	
スキムミルク	6g	大 1
ゆでたかぼちゃ※	50g	
ドライイースト	2.4g	A 1
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※ゆでたかぼちゃは皮をむき、フォークの両などでつぶします。

野菜パン

メニュー番号 1または2

材 料		222kcal
水	50ml	
野菜ジュース	100ml	
強力粉	280g	
砂糖	12g	大 1 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	20g	
スキムミルク	6g	大 1
冷凍ミックスベジタブル※	60g	
ドライイースト	2.4g	A 1
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※ミックスベジタブルは解凍し、よく水気を切っておきます。

ほうれん草&ベーコンパン

メニュー番号 1または2

材 料		227kcal
水	160ml	
強力粉	280g	
砂糖	16g	大 2
塩	4g	小 1
マーガリン	20g	
スキムミルク	6g	大 1
ゆでたほうれん草※	40g	
ベーコン※	20g	
粗びきしょうゆ	1g	小 1/2
ドライイースト	2.4g	A 1
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※ゆでたほうれん草、ベーコンは細かく刻みます。

コーヒージャワパン

メニュー番号 1または2

材 料		263kcal
水	190ml	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	15g	
スキムミルク	6g	大 1
インスタントコーヒー	3g	大 1
★くるみ※	50g	
ドライイースト	2.4g	A 1
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※くるみは粗くぎざみます。

コーンパン

メニュー番号 1または2

材 料		217kcal
水	160ml	
強力粉	280g	
砂糖	12g	大 1 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	20g	
スキムミルク	6g	大 1
缶詰めコーン(つぶ状)※	50g	
ドライイースト	2.4g	A 1
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※コーンはよく水を切っておきます。

オレンジパン

メニュー番号 1または2

材 料		235kcal
水	190ml	
強力粉	280g	
砂糖	16g	大 2
塩	4g	小 1
マーガリン	20g	
スキムミルク	6g	大 1
オレンジピール※	50g	
ドライイースト	2.4g	A 1
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※オレンジピールは細かく刻み、最初から加えます。

チーズパン

メニュー番号 1または2

材 料		249kcal
水	170ml	
強力粉	280g	
砂糖	12g	大 1 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	20g	
スキムミルク	6g	大 1
クリームチーズ※	70g	
ドライイースト	2.4g	A 1
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※クリームチーズは1cm角の大きさに切ります。

ミルクリッチパン

メニュー番号 1または2

材 料		230kcal
水	70ml	
牛乳※	110ml	
強力粉	280g	
塩	4g	小 1
マーガリン	20g	
加糖練乳	40g	
ドライイースト	2.4g	A 1
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※牛乳は水と同じ温度にしてお使いください。

ヨーグルトパン

メニュー番号 1または2

材 料		217kcal
水	140ml	
プレーンヨーグルト※	60g	
強力粉	280g	
はちみつ	20g	
塩	4g	小 1
マーガリン	20g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	2.4g	A 1
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※プレーンヨーグルトは水と同じ温度にしてお使いください。

ポテトパン

メニュー番号 1または2

材 料		221kcal
水	170ml	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	20g	
スキムミルク	6g	大 1
ゆでたじゃがいも※	50g	
ドライバジル	2g	大 1
ドライイースト	2.4g	A 1
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※ゆでたじゃがいもは、フォークの両などでつぶします。

ブルーパン

メニュー番号 1または2

材 料		231kcal
水	180ml	
強力粉	280g	
砂糖	16g	大 2
塩	4g	小 1
マーガリン	20g	
★種ぬきブルー※	40g	
ドライイースト	50g	
早焼きパンの場合		(3.6g) (A 1 1/2)

※ブルーは1cm角の大きさに切ります。

やわらかパンメニュー

ドライ
イースト
使用

メニューキーで「3やわらかパン」を選んでください。

※砂糖・塩・ドライイーストを計量する場合は、付属の計量スプーンの目盛に合わせて正確に計量してください。

※ミックスコールド入れる材料には★印がついています。(ミックスコールドについてはP.11をご覧ください。)

やわらかパン

メニュー番号 3

材 料 220kcal

水	180ml	
強力粉	280g	
砂糖	16g	大 2
塩	4g	小 1
マーガリン	30g	
ドライイースト	2.1g	B 1



おやつパン

メニュー番号 3

材 料 230kcal

水	170ml	
強力粉	280g	
砂糖	32g	大 4
塩	4g	小 1
マーガリン	30g	
ドライイースト	2.1g	B 1

フルーツミックスパン

メニュー番号 3

材 料 240kcal

水	180ml	
強力粉	280g	
砂糖	16g	大 2
塩	4g	小 1
マーガリン	25g	
★ミックスドライフルーツ※	50g	
ドライイースト	2.1g	B 1

※ミックスドライフルーツは5mm角に切ります。

フランスパンメニュー

ドライ
イースト
使用

メニューキーで「4フランスパン」を選んでください。

※砂糖・塩・ドライイーストを計量する場合は、付属の計量スプーンの目盛に合わせて正確に計量してください。

フランスパン

メニュー番号 4

材 料 181kcal

水	200ml	
強力粉	280g	
砂糖	4g	大 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	5g	
ドライイースト	2.1g	B 1

ライ麦パン

メニュー番号 4

材 料 180kcal

水	200ml	
強力粉	260g	
ライ麦粉	20g	
砂糖	4g	大 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	5g	
ドライイースト	2.1g	B 1

ごまパン

メニュー番号 4

材 料 195kcal

水	200ml	
強力粉	280g	
砂糖	4g	大 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	5g	
ふすま※	14g	大 2
ドライイースト	2.1g	B 1

(メモ) ゴマにはビタミンEが多く含まれており、お肌の調子をととのえたり老化防止にも役立ちます。

ふすまパン

メニュー番号 4

材 料 184kcal

水	200ml	
強力粉	280g	
砂糖	4g	大 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	5g	
ふすま※	10g	大 2
ドライイースト	2.1g	B 1

※ふすまは健康食品を扱っているお店などで購入することができます。

(メモ) ふすまは、小麦の胚皮の部分を含むものです。食物繊維などが豊富に含まれています。

胚芽パン

メニュー番号 4

材 料 185kcal

水	200ml	
強力粉	280g	
砂糖	4g	大 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	5g	
小麦胚芽※	10g	大 2
ドライイースト	2.1g	B 1

※小麦胚芽は必ず炒ります。

※小麦胚芽は健康食品を扱っているお店などで購入することができます。

ビールパン

メニュー番号 4

材 料 196kcal

一度沸騰させたビール※	200ml	
強力粉	180g	
薄力粉	100g	
砂糖	4g	大 1/2
塩	4g	小 1
ショートニング	5g	
ドライイースト	2.1g	B 1

※ビールは一度沸騰させて、室温に合った温度まで冷まします。



ヘルシーパンメニュー

メニューキーで「5ヘルシーパン」を選んでください。

※ブラウンシュガー・塩・ドライイーストを計量する場合は、付属の計量スプーンを目盛に合わせて正確に計量してください。

※ヘルシーパンは全粒粉の中のふすまや胚芽がグルテンを切って発酵をさまたげるので他のパンと比べて重く小さめのパンになりますが異常ではありません。

※ミックスコールドに入れる材料には★印がついています。(ミックスコールドについてはP.11をご覧ください。)

※ブラウンシュガーのかわりに同量の上白糖または三温糖を使うことができます。

ドライ
イースト
使用

全粒粉パン

メニュー番号 5

材 料 202kcal

水	180ml
全粒粉	140g
強力粉	140g
ブラウンシュガー	20g 大 2½
塩	4g 小 1
マーガリン	20g
ドライイースト	2.4g A 1

〔メモ〕全粒粉は、胚芽やふすまを含めて小麦を丸ごとひいたものです。ビタミン・ミネラル・食物繊維を多く含んでいます。

ハニ全粒粉パン

メニュー番号 5

材 料 210kcal

水	170ml
全粒粉	140g
強力粉	140g
はちみつ	30g
塩	4g 小 1
マーガリン	20g
ドライイースト	2.4g A 1

〔メモ〕はちみつは砂糖にはないビタミンB1・B2などが含まれています。

レーズン全粒粉パン

メニュー番号 5

材 料 228kcal

水	180ml
全粒粉	140g
強力粉	140g
ブラウンシュガー	20g 大 2½
塩	4g 小 1
マーガリン	20g
★レーズン	50g
ドライイースト	2.4g A 1

30%全粒粉パン

メニュー番号 5

材 料 205kcal

水	180ml
全粒粉	80g
強力粉	200g
ブラウンシュガー	20g 大 2½
塩	4g 小 1
マーガリン	20g
ドライイースト	2.4g A 1

ドライ
イースト
使用

スイートパンメニュー

ドライ
イースト
使用

メニューキーで「6スイートパン」を選んでください。

※砂糖・塩・スキムミルク・ドライイーストを計量する場合は、付属の計量スプーンを目盛に合わせて正確に計量してください。

※ミックスコールドに入れる材料には★印がついています。(ミックスコールドについてはP.11をご覧ください。)

スイートパン

メニュー番号 6

材 料 230kcal

水	90ml
卵(Mサイズ)	50g 1個
強力粉	210g
薄力粉	20g
砂糖	32g 大 4
塩	4g 小 1
マーガリン	40g
スキムミルク	6g 大 1
ドライイースト	2.4g A 1

ココアパン

メニュー番号 6

材 料 254kcal

水	100ml
卵(Mサイズ)	50g 1個
強力粉	205g
薄力粉	20g
ココア(無糖)	12g 大 2
砂糖	28g 大 3½
塩	4g 小 1
マーガリン	30g
スキムミルク	6g 大 1
★チョコレートチップ	40g
ドライイースト	2.4g A 1

バナナパン

メニュー番号 6

材 料 236kcal

水	30ml
卵(Mサイズ)	50g 1個
強力粉	210g
薄力粉	20g
砂糖	24g 大 3
塩	4g 小 1
マーガリン	40g
スキムミルク	6g 大 1
バナナ※	80g
シナモン	1g 小 1
ドライイースト	2.4g A 1

※バナナはフォークの薪などでつぶします。

〔メモ〕バナナにはカリウムが多く含まれておりコレステロールを下げる働きがあります。

紅茶パン

メニュー番号 6

材 料 230kcal

紅茶液※	90ml
卵(Mサイズ)	50g 1個
強力粉	210g
薄力粉	20g
砂糖	32g 大 4
塩	4g 小 1
マーガリン	40g
スキムミルク	6g 大 1
紅茶の葉(細かい物)	1.5g 小 1
ドライイースト	2.4g A 1

※紅茶は濃いめにいれて冷めます。

〔メモ〕紅茶にはカフェイン・タンニン(カテキン類)・フッ素などの成分が含まれており、抗菌作用・虫歯予防・ストレス解消などの効果があります。

山形パンメニュー ケーキメニュー

卵がたっぷり入ったパウンド
ケーキ風の焼き上がりです。

メニューキーで「11ケーキ」を選んでください。

※薄力粉とベーキングパウダーは最初に含ませてふるってから他の材料に加えてください。

※材料はあらかじめ別の容器で粉っぽさがなくなるまで混ぜ合わせてからパンケースに入れてください。

※ケーキメニューは卵をたっぷり使ったパウンドケーキ風の焼き上がりです。

※ケーキはドライイーストを使う山形パンよりも小さめに焼き上がりますが異常ではありません。

カロリー 1食あたりのカロリー表示になっています。

パウンドケーキ		メニュー番号 11
材 料	178kcal	
マーガリン	120g	
砂糖	170g	
卵 (Mサイズ)	200g	4個
薄力粉	260g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8

バナナ&くるみ ケーキ		メニュー番号 11
材 料	187kcal	
マーガリン	100g	
砂糖	120g	
卵 (Mサイズ)	100g	2個
バナナ※1	200g	
くるみ※2	70g	
薄力粉	260g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8

※1 バナナはよく熟れたものを使い、フォークの背

などでつぶします。

※2 くるみは粗くきざみます。

レーズンケーキ		メニュー番号 11
材 料	191kcal	
マーガリン	100g	
砂糖	150g	
卵 (Mサイズ)	200g	4個
レーズン	100g	
ラム酒	30ml	大 2
薄力粉	270g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8

※レーズンにラム酒をふりかけ、しばらくひたしておきます。水気を切ったレーズンを、ふるった薄力粉とベーキングパウダーに加え、軽く混ぜます。

オレンジケーキ		メニュー番号 11
材 料	157kcal	
マーガリン	100g	
砂糖	100g	
卵 (Mサイズ)	100g	2個
オレンジジュース	30ml	
ヨーグルト	90g	
オレンジピール	50g	
※オレンジキュラソー	15ml	大 1
薄力粉	260g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8

※5mm角に切ったオレンジピールにオレンジキュラソーをふりかけ、しばらくひたしておきます。水気を切ったオレンジピールをふるった薄力粉とベーキングパウダーに加え、軽く混ぜます。

チョコレートケーキ		メニュー番号 11
材 料	181kcal	
マーガリン	120g	
三温糖	130g	
卵 (Mサイズ)	200g	4個
チョコチップ	50g	
薄力粉	250g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8
ココア	20g	

※薄力粉・ベーキングパウダー・ココアを合わせてふるいます。

抹茶&甘納豆 ケーキ		メニュー番号 11
材 料	183kcal	
マーガリン	120g	
三温糖	120g	
卵 (Mサイズ)	200g	4個
薄力粉	260g	
※抹茶	15g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8
甘納豆※	90g	

※薄力粉と抹茶・ベーキングパウダーを合わせてふるっておきます。そこに甘納豆を加え、軽く混ぜます。

さつま芋ケーキ		メニュー番号 11
材 料	153kcal	
マーガリン	100g	
砂糖	90g	
卵 (Mサイズ)	150g	3個
さつま芋※	150g	
薄力粉	260g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8

※さつま芋は皮をむき2cm角に切り、ゆでて冷ましておきます。

※さつま芋は細かく多量に混ぜています。

コーヒーケーキ		メニュー番号 11
材 料	182kcal	
マーガリン	100g	
砂糖	150g	
卵 (Mサイズ)	200g	4個
アーモンドダイス	50g	
薄力粉	260g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8
※インスタントコーヒー (粉末タイプ)	6g	大 2

※ふるった薄力粉とベーキングパウダーに、インスタントコーヒーを加え、軽く混ぜます。

キャロットケーキ		メニュー番号 11
材 料	149kcal	
マーガリン	100g	
砂糖	100g	
卵 (Mサイズ)	150g	3個
にんじん※1	100g	
薄力粉	260g	
※ベーキングパウダー	10g	大 0.8
シナモン	1g	小 1

※1 にんじんはすりおろします。

※2 薄力粉・ベーキングパウダー・シナモンを合わせてふるいます。

マロンケーキ		メニュー番号 11
材 料	164kcal	
マーガリン	100g	
砂糖	90g	
卵 (Mサイズ)	150g	3個
※栗の甘露煮※	150g	
薄力粉	260g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8

※栗の甘露煮は1cm角に切ります。

いちじくケーキ		メニュー番号 11
材 料	163kcal	
マーガリン	100g	
三温糖	100g	
卵 (Mサイズ)	150g	3個
紅茶液 (濃くしたものの)※1	50ml	
干しいちじく※2	100g	
薄力粉	260g	
※ベーキングパウダー	10g	大 0.8
紅茶の葉	3g	小 2

※1 紅茶液は濃くし、冷ましておきます。

※2 干しいちじくは細かくきざみます。

※3 紅茶の葉はふるった薄力粉とベーキングパウダーに加え、軽く混ぜます。

アプリコットケーキ		メニュー番号 11
材 料	170kcal	
マーガリン	100g	
砂糖	100g	
アンズジャム	50g	
卵 (Mサイズ)	150g	3個
干しアンズ※	100g	
薄力粉	260g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8

※干しアンズは細かくきざみ、ふるった薄力粉とベーキングパウダーに加え、軽く混ぜます。

ドライ
イースト
使用

山形パンメニュー

ケーキメニュー

●あっさりタイプケーキ



ドライ
イースト
使用

天然酵母食パンメニュー

天然酵母
使用

おしらせ

天然酵母を使ったパンを作るには、始めに元種を「天然酵母 生種おこし」メニューで生種しておきます。
(P.60をご覧ください。)

メニューキーで「天然酵母 食パン」または「天然酵母 早焼きパン」を選んでください。
※砂糖・塩を計量する場合は、付属の計量スプーンの目盛に合わせて正確に計量してください。
※生種はよく混ぜてから、はかりで正確に計量してください。(下にたまっている場合があります。)
※「天然酵母 早焼きパン」はタイマーセットができません。
※ミックスコールド入れる材料には★印がついています。(ミックスコールドについてはP.11をご覧ください。)
カロリー 1斤 1/6切あたりのカロリー・表示になっています。カロリーは天然酵母パンの場合です。

ドライ
イースト
使用

天然酵母食パン

材料	202kcal	天然酵母 食パン おこし 生種
水	180ml	
早焼きパンの場合	(160ml)	
生種	24g	
早焼きパンの場合	(55g)	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2 1/2
ショートニング	7g	
塩	4g	小 1

ライ麦天然酵母パン

材料	201kcal	天然酵母 食パン おこし 生種
水	170ml	
早焼きパンの場合	(150ml)	
生種	24g	
早焼きパンの場合	(55g)	
強力粉	260g	
ライ麦粉	20g	
黒砂糖	20g	
ショートニング	7g	
塩	4g	小 1

※固まりの黒砂糖を使う場合、分量の水でときます。

ドライ
イースト
使用

全粒粉ヨーグルト
天然酵母パン

材料	209kcal	天然酵母 食パン おこし 生種
水	110ml	
早焼きパンの場合	(90ml)	
生種	24g	
早焼きパンの場合	(55g)	
プレーンヨーグルト	70g	
強力粉	240g	
全粒粉	40g	
はちみつ	30g	
ショートニング	7g	
塩	4g	小 1

※プレーンヨーグルトは水と同じ温度にしてお使いください。

ハーフ天然酵母パン

材料	202kcal	天然酵母 食パン おこし 生種
水	180ml	
早焼きパンの場合	(160ml)	
生種	24g	
早焼きパンの場合	(55g)	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2 1/2
ショートニング	20g	
塩	4g	小 1
お好みのハーブ	2g	大 1

※タイム・ローズマリーなどお好みのハーブをお使いください。

甘さひかえめケーキ

材料	126kcal	メニュー番号 11
マーガリン	80g	
砂糖	60g	
卵 (Mサイズ)	100g	2個
牛乳	100ml	
薄力粉	260g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8

緑茶ケーキ

材料	121kcal	メニュー番号 11
マーガリン	60g	
砂糖	80g	
卵 (Mサイズ)	100g	2個
牛乳	100ml	
薄力粉	260g	
※ベーキングパウダー	10g	大 0.8
緑茶の葉	4g	小 2

※ふるった薄力粉とベーキングパウダーに緑茶の葉を加え、軽く混ぜます。

(メモ) お茶にはビタミンCがたくさん含まれています。葉ごと食べると更に多くのビタミンCをとることができます。

そば粉ケーキ

材料	144kcal	メニュー番号 11
マーガリン	80g	
三温糖	60g	
卵 (Mサイズ)	100g	2個
牛乳	100ml	
アーモンドスライス	50g	
薄力粉	160g	
※そば粉	100g	
ベーキングパウダー	10g	大 0.8

※薄力粉・そば粉・ベーキングパウダーを合わせてふるいます。

(メモ) そば粉の中にはルチンという物質が富まれているので、血管を強くする働きがあります。

チーズ風ケーキ

材料	146kcal	メニュー番号 11
マーガリン	60g	
砂糖	40g	
卵 (Mサイズ)	100g	2個
牛乳	120ml	
クリームチーズ	30g	
プロセスチーズ	100g	
薄力粉	260g	
※ベーキングパウダー	10g	大 0.8
塩	0.5g	
パルメザンチーズ	20g	

※1 クリームチーズ、プロセスチーズは1cm角に切ります。

※2 ふるった薄力粉とベーキングパウダーに塩とパルメザンチーズを加え、軽く混ぜます。

■パンケースの取りだしからメニュー選びまでは、P.13～16の1～7と同じ手順でおこなってください。

※7生地づくり・天然酵母の生地づくりメニューはタイマーセットができません。

ドライーストを使う場合

- 手づくりパンの材料配合はP.33～48をご覧ください。
- メニューキーで「7生地づくり」を選んでください。
- ねり時間は20分で固定です。
- 発酵時間は5分単位で20分～1時間20分まで設定できます。(初期設定は20分です。)

天然酵母を使う場合

- ※元種を生種にしてから使います。(P.60をご覧ください。)
- 手づくりパンの材料配合はP.49～55をご覧ください。
 - 天然酵母キーで「生地づくり」を選んでください。
 - ねり時間は20分で固定です。
 - 発酵時間は10分単位で20分～6時間まで設定できます。(初期設定は20分です。)

例

ドライーストの生地づくりで
発酵時間を1時間に設定する場合。

※天然酵母の生地づくりも同様です。

1 メニュー番号を設定します。

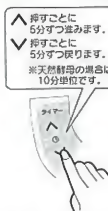
- メニューキーで「7生地づくり」を選択します。
- ※天然酵母の場合は「天然酵母」キーで「生地づくり」を選択します。



タイマー ねり 発酵 焼き できあがり
生地づくり、ねり、発酵、焼き、できあがり
(天然酵母)

2 発酵時間を設定します。

- タイマーキーで発酵時間を1時間に設定します。



タイマー ねり 発酵 焼き できあがり
1:00
生地づくり、ねり、発酵、焼き、できあがり
(天然酵母)

4 生地を取りだします。

- プザーがなり、「できあがり」の工程バーが点滅したら「取消」キーを押し、すぐに生地を取りだします。
- パンケースはふろにある矢印(ゆるむ)の方向に回して取りだしてください。



※生地を取りださないまま放置すると発酵しすぎてパンがうまくできない場合があります。

5 電源プラグを抜きます。

- 電源プラグをしっかり持って、コンセントから抜いてください。



※次ページからのメニューはメニュー横の発酵時間をめやすに設定してください。
※市販のパンの本などを参考に発酵時間を設定できます。

● **レーズンくるみ 天然酵母パン**

材料 240kcal

水	180ml (160ml)	
生種	24g (55g)	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2 1/2
ショートニング	7g	
塩	4g	小 1
★レーズン※1	30g	
★くるみ※2	20g	

※1 レーズンのかわりに他のドライフルーツを使うことができます。5mm角にきざんでお使いください。
※2 くるみは粗くきざみます。他のナッツを使うこともできます。粗くきざんでお使いください。
(ドライフルーツとナッツの重さの合計は50gを超えないようにしてください。)

● **ごまたっぷり 天然酵母パン**

材料 232kcal

水	180ml (160ml)	
生種	24g (55g)	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2 1/2
ショートニング	7g	
塩	4g	小 1
いりごま	14g	大 2
すりごま	6g	大 1
こまペースト	10g	

● **発芽玄米 天然酵母パン**

材料 211kcal

水	170ml (150ml)	
生種	24g (55g)	
強力粉	270g	
砂糖	20g	大 2 1/2
ショートニング	7g	
塩	4g	小 1
★発芽玄米ごはん※	60g	

※発芽玄米は炊いて冷ましておきます。
※発芽玄米ごはんはミックスコールがなったら、よくほぐして入れてください。
※玄米ごはんでも同じように作ることができます。

● **甘栗天然酵母パン**

材料 223kcal

水	180ml (160ml)	
生種	24g (55g)	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2 1/2
ショートニング	7g	
塩	4g	小 1
★皮むき甘栗※	50g	

※皮むき甘栗は5mm角にきざみます。

● **かりんとう 天然酵母パン**

材料 239kcal

水	180ml (160ml)	
生種	24g (55g)	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2 1/2
ショートニング	7g	
塩	4g	小 1
★かりんとう※	50g	

※かりんとうは粗くきざみます。

● **干し手天然酵母パン**

材料 229kcal

水	180ml (160ml)	
生種	24g (55g)	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2 1/2
ショートニング	7g	
塩	4g	小 1
★干し手※	50g	

※干し手は5mm角にきざみます。

手づくりメニュー(ドライーイスト)

カロリー 1個あたりのカロリー表示
になっています。

ドライーイスト
使用

フランスパン

発酵時間
60分



メニュー番号 7		
材 料 272kcal		
4個分		
水	180ml	
強力粉	200g	
薄力粉	80g	
砂糖	4g	大 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	5g	
レモン汁	少々	
ドライーイスト	2.1g	B 1

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

1 マーガリンをぬったボールに生地を取りだし、ラップをして約28℃の場所で30分休ませます。



2 手のひらで軽くたたいてガス抜きをした生地をスクッパーで4等分します。生地をぬめぬめように手のひらでやさしく丸めます。



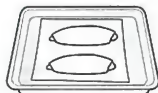
3 かたくしぼったぬれぶきんをかけて20～30分休ませます。



4 生地を手のひらで軽くたたいて円形にのばします。手前から両手で少しずつ、くるくる巻いて巻き終わりをしっかりとつまみます。



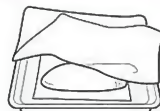
5 クッキングシートを敷いたオーブン皿に巻き終わりを下にして並べます。



6 かたくしぼったぬれぶきんをかけて室温で約60分ゆっくり発酵させます。

約2倍になったらOK

寒い季節は約28℃を保てるように発酵させます。



手づくりメニュー(ドライーイスト)

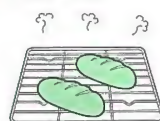
4 カミソリでなめに3～4mmの深さの切れ目を3本入れます。



5 約200℃に予熱したオーブンに生地を入れ、オーブン内と生地にたっぷり吹きかけ、30～35分焼きます。



6 焼き上がったら網の上に置いて冷まします。



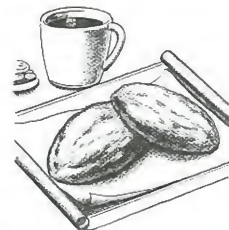
ワンポイントアドバイス

- ・砂糖や油脂が少なくても扱いやすい生地なので、できるだけやさしく扱います。
- ・ガス抜きは、手のひらでたく程度にしてガスを抜きすぎないようにします。
- ・発酵は時間をかけてゆっくりおこないます。温度が高いと生地がだれて扱いにくくなります。

ドライーイスト
使用

チーズフランス

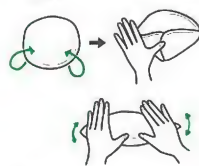
発酵時間
60分



メニュー番号 7		
材 料 249kcal		
6個分		
水	180ml	
強力粉	200g	
薄力粉	80g	
砂糖	4g	大 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	5g	
レモン汁	少々	
ドライーイスト	2.1g	B 1
ピザ用チーズ	120g	

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

1 フランスパンの1～6まで同様の作業をおこなってください。生地は6等分にします。



2 カミソリで中央に5mm程度の深さの切れ目を入れ、チーズをのせます。



3 約200℃に予熱したオーブンに生地を入れ、生地とオーブン内に霧をたっぷり吹きかけ、20～25分焼きます。



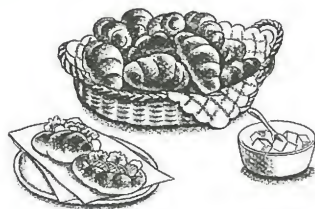
※生地の左下と右下を中央に向けて折り、手前から巻き込み、両端をとがらせてます。

ドライ
イースト
使用

バターロール

発酵時間
45分

メニュー番号 7	
材 料 129kcal	
12個分	
水	140ml
卵 (Mサイズ)	25g ½個
強力粉	280g
砂糖	28g 大 3 ¼
塩	4g 小 1
マーガリン	40g
スキムミルク	6g 大 1
ドライイースト	4.8g A 2
とき卵	25g ½個



※打ち粉は、強力粉をお使いください。

1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直して、スクッパーで12等分します。



2 生地を表面を張らせるように丸めます。このとき、生地が傷まないようにやさしく丸めます。



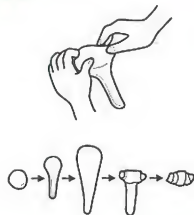
3 かたくしぼったぬれぶきんをかけて約10分休ませます。



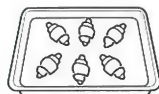
4 れい生地をころがして円すい形にします。約5分休ませた後、めん棒でうすくのばしてしずく形にします。



5 幅の広い方から巻きます。

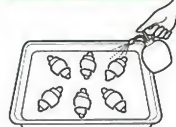


6 クッキングシートを敷いたオープン皿に、巻き終わりを下にして並べます。



7 表面が乾かないように露吹きをして、32～35℃に保ったオープンで30～40分発酵させます。

2～2.5倍にふくらんだらOK



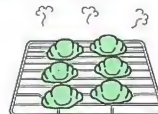
8 生地表面にとき卵をぬります。



9 180～190℃に予熱したオープンで10～15分焼きます。



10 焼き上がったら網の上に置いて冷めます。



ワンポイントアドバイス

●室温が高いとき(約28℃以上)は、生地がべたつきやすいので、約5℃の冷水をお使いください。

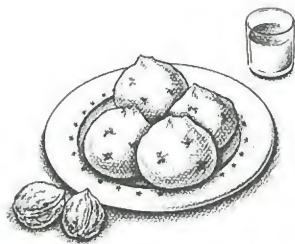
ドライ
イースト
使用

くるみパン

発酵時間
60分

メニュー番号 7	
材料 156kcal	
10個分	
水	180ml
強力粉	280g
砂糖	12g 大 1 1/2
塩	4g 小 1
マーガリン	15g
スキムミルク	6g 大 1
★くるみ※	50g
ドライイースト	4.8g A 2

※ミックスコールがなかったらくるみを入れてください。
※くるみは粗くさみませす。



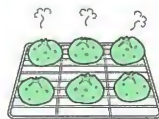
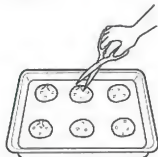
※打ち粉は、強力粉をお使いください。

- 1** 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め適して、スクーパーで10等分します。
- 2** 生地表面を張らせるように丸めます。このとき、生地が偏らないようにやさしく丸めます。
- 3** かたくしぼったぬれぶきんをかけて約20分休ませます。



- 4** 生地を軽く丸め直しクッキングシートを敷いたオーブン皿に閉じ口を下にして並べます。霧を吹き32～35℃に保ったオーブンで30～40分発酵させます。
- 5** オーブンから取りだし、はさみで十字に切り込みを入れます。
- 6** 180～190℃に予熱したオーブンで10～15分焼きます。焼き上がったら網の上に置いて冷まします。

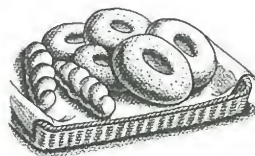
2～2.5倍にふくらんだらOK

ドライ
イースト
使用

ドーナツ

発酵時間
45分

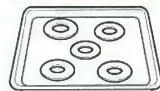
メニュー番号 7	
材料 178kcal	
10個分	
水	140ml
卵 (Mサイズ)	25g 1/2個
強力粉	280g
砂糖	28g 大 3 1/2
塩	4g 小 1
マーガリン	40g
スキムミルク	6g 大 1
ドライイースト	4.8g A 2
粉砂糖	適量
揚げ油	適量



※打ち粉は、強力粉をお使いください。

- 1** 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地をめん棒で約5mmの厚さになるまで伸ばします。
- 2** 内側に軽く打ち粉をふったドーナツ形で型抜きします。
- 3** クッキングシートを敷いたオーブン皿に並べ32～35℃に保ったオーブンで30～40分発酵させます。

2～2.5倍にふくらんだらOK



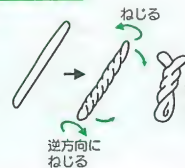
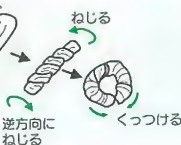
- 4** 160～170℃に熱した揚げ油の中に1個ずつ静かに入れ、全体がキツネ色になるまで揚げます。
- 5** 油をよく切り、粉砂糖をふりかけて仕上げます。



油の温度は生地の鼓を入れて、すぐ浮いてくるのが適温です。

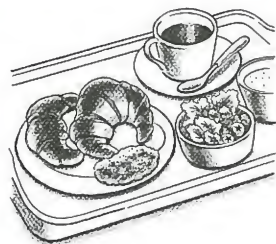
ドーナツのいろいろ

切れ目を2本入れます。

両ハシを
あわせて
クル！

ドライ
イースト
使用

クロワッサン

発酵時間
45分

メニュー番号 7	
材 料 182kcal	
12個分	
水	150ml
卵 (Mサイズ)	25g 1/2個
強力粉	180g
薄力粉	100g
砂糖	16g 大 2
塩	4g 小 1
マーガリン	20g
スキムミルク	6g 大 1
ドライイースト	6.3g B 3
折り込み用バター (1cm角に切る)	100g
薄力粉	20g
とき卵	25g 1/2個

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

1 パンケースから取り出した生地を丸め直し、ラップをして冷蔵庫で約30分休ませます。



2 折り込み用バターに薄力粉をふるって加え、よくもみ込み冷蔵庫に入れておきます。

粉をよくもみ込みます。



3 1の生地を縦35cm×横25cmの長方形にのばします。

生地がベタつく場合は、打ち粉をします。



4 2のバターを親指大につまみ、のばした生地の1/3の部分に等間隔にのせます。

バターがのっていない1/3の部分折り重ね、3つ折りにします。

ラップに包み冷蔵庫で30分以上冷やします。



5 幅の狭い方が手前になるように置き、めん棒で生地をのばし、縦35cm×横25cmの長方形にします。



6 のばした生地を4と同様に3つ折りにし、ラップをして冷蔵庫で30分以上休ませます。

5〜6をもう一回くり返します。(生地をのばすときは、必ず幅の狭い方が手前になるように置きます。)



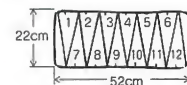
冷蔵庫へ入れてネ!

7 十分に冷やした生地を52cm×22cmのできるだけきれいな長方形にのばします。

生地がやわらかくなりすぎた場合はラップをして冷蔵庫で20〜30分休ませ再びのばします。



幅のせまい方を手前にして



9 三角形の底辺に1cmの切り込みを入れ、両端を左右にひっぱりながら巻き始めます。



10 細い方を軽くひっぱりながら巻きます。



11 クッキングシートを敷いたオーブン皿に並べ、霧吹きをします。約25℃で60分間発酵させます。

2〜2.5倍にふくらんだらOK



12 とき卵をゆり、約210℃に予熱したオーブンで10〜15分焼きます。



とき卵をゆってオーブンへ

クロワッサンの成形



ドライ
イースト
使用

スイートロール

発酵時間
45分

アイシングの作り方

材 料	分量
粉砂糖	60g
卵白	17g 1/2個
レモン汁	少々

粉砂糖とよくいた卵白・レモン汁をねばりがでるまで混ぜます。(レモン汁がない場合は、粉砂糖と卵白のみでもアイシングができます。)

メニュー番号 7

材 料 1台分あたり 367kcal

生地

水	140ml
卵 (Mサイズ)	25g 1/4個
強力粉	280g
砂糖	28g 大 3 1/4
塩	4g 小 1
マーガリン	40g
スキムミルク	6g 大 1
ドライイースト	4.8g A 2

フィリング

シナモン	3g 大 1/4
グラニュー糖	24g 大 2
レーズン	60g
ドレンチェリー	適量
アイシング	適量
とき卵	25g 1/2個

18cmケーキ型1個分

ドライ
イースト
使用

ピロシキ

発酵時間
45分

メニュー番号 7

材 料 294kcal

皮

水	180ml
強力粉	280g
砂糖	16g 大 2
塩	4g 小 1
マーガリン	4g
スキムミルク	15g
ドライイースト	6g 大 1
	4.8g A 2

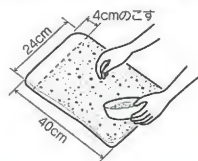
具

ひき肉	100g
玉ねぎ (みじん切り)	150g 小1個
ゆで卵 (みじん切り)	100g 2個
春雨 (ゆでて短く切る)	30g
グリーンピース	30g
バター	25g
塩・こしょう	適量
揚げ油	適量

10個分

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。のびが悪いときは少し休ませてください。めん棒で縦40cm×横24cmの長方形にのばします。この上に巻き終わりになる方を4cm残してシナモン・グラニュー糖・レーズンを均一にちらします。



2 手前から巻き込み、巻き終わりをしっかり閉じます。



3 約4cmずつ6等分し、サラダ油をぬったケーキ型に並べます。



4cmの輪切りに6等分します。

4 霧吹きをし32～35℃に保ったオーブンで30～40分発酵させます。とき卵をゆり、180～190℃に予熱したオーブンで30～40分焼きます。



5 焼き上がったら型から出して冷まし、アイシングをかけてドレンチェリーを飾ります。



※打ち粉は、強力粉をお使いください。

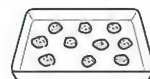
1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地をスクッパーで10等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれぶきんをかけて約15分休ませます。



2 玉ねぎをバターで炒め、ひき肉・ゆで卵を加えます。春雨・グリーンピースを加えてさらに炒め、塩・こしょうで味をととのえます。



3 具は冷めたら、10等分して丸めておきます。



4 生地をめん棒で、だ円形にのばします。

3の具をのせ、ふちに水をつけてしっかり閉じます。



ふちはしっかりとしてネ!

5 クッキングシートを敷いたオーブン皿に4を並べます。

霧吹きをして32～35℃に保ったオーブンで、30～40分発酵させます。



2～2.5倍にふくらんだらOK

6 約170℃に熱した油でピロシキになるまで揚げます。



キツネ色にこんがり

ドライ
イースト
使用

メロンパン

発酵時間
45分

メロンパンの皮の作り方

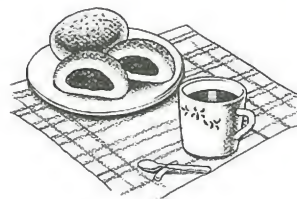
- ①バターをクリーム状にねり、砂糖を少しずつ加えながらよく混ぜます。
- ②白っぽくなったら、卵・パナラエッセンスを加えてよく混ぜます。
- ③合わせてふるった薄力粉とベーキングパウダーを入れ混ぜます。ラップにくるんで冷蔵庫で約20分休ませます。

メニュー番号 7	
材 料	302kcal
12個分	
生地	
水	140ml
卵 (Mサイズ)	25g 1/2個
強力粉	280g
砂糖	28g 大 3 1/2
塩	4g 小 1
マーガリン	40g
スキムミルク	6g 大 1
ドライイースト	4.8g A 2
メロンパンの皮	
バター	100g
砂糖	80g
卵 (Mサイズ)	50g 1個
パナラエッセンス	少々
薄力粉	230g
ベーキングパウダー	3.2g 小 1
グラニュー糖	適量

※薄力粉とベーキングパウダーは混ぜておきます。

ドライ
イースト
使用

あんパン

発酵時間
45分

メニュー番号 7	
材 料	168kcal
12個分	
生地	
水	140ml
卵 (Mサイズ)	25g 1/2個
強力粉	280g
砂糖	28g 大 3 1/2
塩	4g 小 1
マーガリン	40g
スキムミルク	6g 大 1
ドライイースト	4.8g A 2
あん	300g
けしの実	少々
とき卵	25g 1/2個

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直して、スケッパーで12等分にします。
- 2 生地を表面を張らせるように丸めます。このとき、生地が崩れないようにやさしく丸めます。
- 3 かつくしぼっためれぶきんをかけて約20分休ませます。



生地をいためないように丸めてネ!

- 4 めん棒で丸くのばし、あんを包みます。
- 5 クッキングシートを敷いたオープン皿に、閉じ口を下にして並べます。
霧を吹き32~35℃に保ったオープンで30~40分発酵させます。
- 6 とき卵をゆり、けしの実をつけ、180~190℃に予熱したオープンで10~15分焼きます。



つまみ縫いをしっかり閉じてネ!



けしの実をつけてオープンへ

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を12等分して丸め、かつくしぼっためれぶきんをかけて10~15分休ませます。
- 2 メロンパンの皮を12等分して丸めます。ラップの上のせ、手の平で押し直径約12cmの大きさにのばします。
- 3 1の生地を軽く手の平でつぶして丸め直します。丸め直した生地を2の皮で底の部分を覆って包みます。ラップごと手に持って包むときれいに包めます。



ラップ



ラップのまま形をととのえて

- 4 スケッパーでスジをつけ、グラニュー糖をまぶします。



グラニュー糖をまぶしてネ!

- 5 クッキングシートを敷いたオープン皿に4を並べます。
霧吹きをして32~35℃に保ったオープンで、30~40分発酵させます。
180~190℃に予熱したオープンで10~15分焼きます。

ドライ
イースト
使用

胚芽パン

発酵時間
45分

メニュー番号 7

材 料 589kcal

2本分

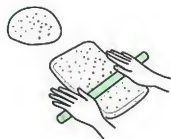
水	170ml
強力粉	260g
小麦胚芽※	20g
砂糖	8g 大 1
塩	4g 小 1
ショートニング	12g
スキムミルク	6g 大 1
ドライイースト	4.8g A 2

※小麦胚芽は必ず炒って冷まします。

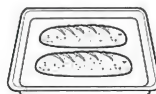
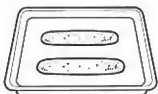


※打ち粉は、強力粉をお使いください。

- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直してスクーパーで2等分します。
- 2 生地を軽く丸め、かたくしぼったぬれぶきんをかけて約15分休ませます。
- 3 生地をめん棒で細長くのばします。



- 4 生地を縦長に置いて、手前から巻いていきます。巻き終わりをつまみず。
- 5 クッキングシートを敷いたオーブン皿に並べて蒸気吹きをします。
32～35℃に保ったオーブンで約40分発酵させます。
- 6 カミソリで発酵を終えた生地になめの切れ目を5～6本入れます。
約220℃に予熱したオーブンで25～30分焼きます。



ドライ
イースト
使用

ピザ

発酵時間
30分

メニュー番号 7

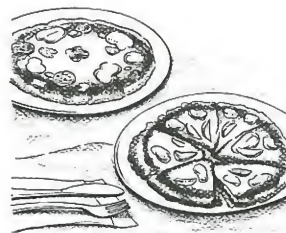
180g/1枚あたり
214kcal

2枚分

水	180ml
強力粉	280g
砂糖	8g 大 1
塩	4g 小 1
マーガリン	15g
スキムミルク	6g 大 1
ドライイースト	4.8g A 2

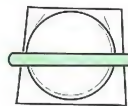
具

ビザソース	140g
玉ねぎ (薄切り)	200g 中1個
ピーマン (縦切り)	60g 2個
マッシュルーム (薄切り)	60g
サラミソーセージ (薄切り)	80g
ビザ用チーズ	200g

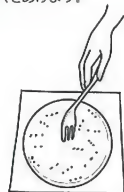


※打ち粉は、強力粉をお使いください。

- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直して2等分します。
- 2 かたくしぼったぬれぶきんをかけて約15分休ませます。
- 3 クッキングシートの上に生地をのせ、めん棒で直径25cmにのばします。

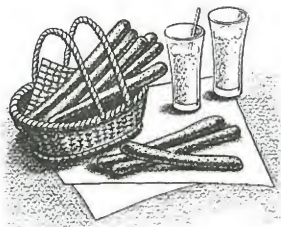


- 4 のばした生地にフォークで穴をあけます。
- 5 クッキングシートごとオーブン皿に移します。ビザソースをぬり、具を均一にのせます。
- 6 ビザ用チーズをのせます。
190～200℃に予熱したオーブンで約20分、周囲がきつネ色になり、チーズがとけるまで焼きます。



ドライ
イースト
使用

チーズスティック

発酵時間
30分

メニュー番号 7

材 料 74kcal

16分

水	180ml	
強力粉	280g	
塩	4g	小 1
マーガリン	5g	
スキムミルク	5g	大 1
ドライイースト	4.8g	A 2
粉チーズ	10g	
とき卵	25g	1/2個

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

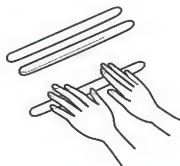
- 1** 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直して、スクッパで16等分します。
- 2** 生地を表面を張らせるように丸めます。このとき、生地が傷まないように、やさしく丸めます。
- 3** かたくしぼったぬれぶきんをかけて約15分休ませます。



生地をいためないように丸めてネ!



- 4** 両手でころがしながら約25cmの長さののばします。



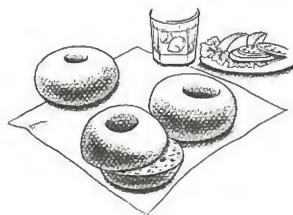
- 5** クッキングシートを敷いたオープン皿に並べ、霧吹きをします。
約30℃の場所で30～40分発酵させます。



- 6** とき卵をゆり、粉チーズをふります。
200～210℃に予熱したオーブンで15～20分焼きます。

ドライ
イースト
使用

ベーグル

発酵時間
30分

メニュー番号 7

材 料 118kcal

10個分

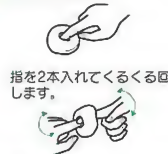
水	170ml	
強力粉	280g	
砂糖	12g	大 1 1/2
塩	4g	小 1
サラダ油	10g	
ドライイースト	4.8g	A 2

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

- 1** 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直して、10等分します。
- 2** 生地を表面を張らせるように丸めます。このとき、生地が傷まないようにやさしく丸めます。
- 3** 生地中央に指を差し込み、穴をあけます。



生地をいためないように丸めてネ!

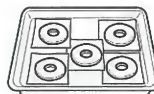


指を2本入れてくるくる回します。

発酵すると穴は小さくなるので大きめにあけます。



- 4** 穴をあけた生地をそれぞれ、1個ずつ切ったクッキングシートの上にのせます。

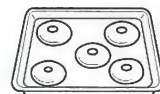


ぬれぶきんをかけ約15分発酵させます。

- 5** 沸騰した湯にクッキングシートごと生地を入れます。クッキングシートがはがれたらすくいます。あまり長い時間ゆでると焼き上がったときに、しわしわになります。



- 6** クッキングシートを敷いたオープン皿に並べます。
約210℃に予熱したオーブンで約10分焼きます。



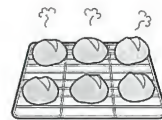
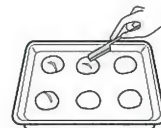


ワンポイントアドバイス

- 天然酵母の生地はイースト生地と比べてベタつきやすいので、手早くやさしく扱います。成形するときなど生地がのびにくいときはムリにのばそうとせず、休ませながらのばしてください。
- 発酵中・分割・丸め・成形の作業をおこなっているときにも扱っていない生地にはぬれぶきんをかけて乾燥を防いでください。生地が乾燥すると、成形しにくかったり、生地の皮がさけて見た目が悪い焼き上がりになります。
- 成形発酵の温度はフランスパン生地で28℃、それ以外の生地は30℃をめやすにします。高くなりすぎると生地がだれるのでご注意ください。

4 生地を丸め直し、クッキングシートを敷いたオーブン皿に閉じ口を下にして並べます。霧を吹き30℃の場所で約60分発酵させます。

約2倍になったらOK

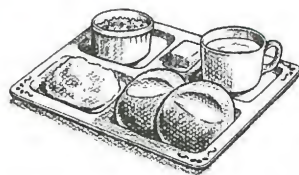


5 オーブンから取りだし、カミソリで中央に5mm程の深さの切れ目を入れ、霧吹きをします。

6 約200℃で予熱したオーブンで10～15分焼きます。

天然酵母
使用

テーブルロール

発酵時間
3時間天然酵母
使用 生地づくり

材 料	99kcal	12個分
水		160ml
生種		24g
強力粉		280g
砂糖		12g 大 1 1/2
塩		4g 小 1
ショートニング		7g

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直して、スクッパーで12等分にします。



2 生地の表面を張らせるように丸めます。このとき、生地が傷まないようにやさしく丸めます。



3 かたくしぼったぬれぶきんをかけて約20分休ませます。

天然酵母
使用

丸いパン

発酵時間
3時間

テーブルロールの生地を使って、コロンとした丸いパンに仕上げます。テーブルロールと生地は同じですが、皮と中身の割り合いが変わると口当たりがかわってぎます。

天然酵母
使用 生地づくり

材 料	591kcal	2個分
水		160ml
生種		24g
強力粉		280g
砂糖		12g 大 1 1/2
塩		4g 小 1
ショートニング		7g

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直して、スクッパーで2等分にします。

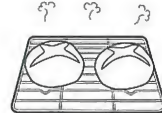


2 テーブルロールの2～4まで同様の作業をおこなってください。

3 カミソリで十字に切れ目を入れ、霧吹きをします。



4 約200℃で予熱したオーブンで20～25分焼きます。

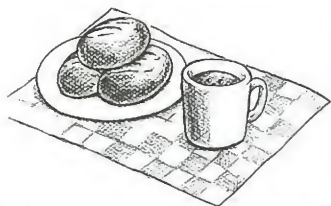


天然酵母
使用

明太子ポテトパン

発酵時間
3時間

明太子ポテトサラダを中に入れて一口サイズのパンです。テーブルロールと同じ生地を使います。



天然酵母 生地づくり

材 料	96kcal	16個分
生地		
水	160ml	
生油	24g	
強力粉	280g	
砂糖	12g	大 1 1/4
塩	4g	小 1
ショートニング	7g	
具		
じゃがいも	200g	
明太子	50g	1個
マヨネーズ	20g	
塩・こしょう	適量	

天然酵母
使用

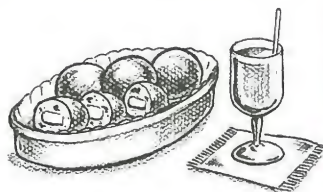
くるみチーズパン

発酵時間
3時間30分

天然酵母 生地づくり

材 料	267kcal	8個分
生地		
水	170ml	
生油	24g	
強力粉	280g	
砂糖	12g	大 1 1/4
塩	4g	小 1
マーガリン	15g	
スキムミルク	1	
★くるみ※	50g	
具		
チーズ	160g	

※ミックスコールがなかったらくるみを入れてください。
※くるみは粗くきざみます。



※打ち粉は、強力粉をお使いください。

明太子ポテトサラダの作り方

- ①じゃがいもに串がすっに入るまでゆでます。(または電子レンジで串がすっに入るまで加熱する。)
- ②明太子は薄皮に切り目を入れて開き、スプーンで身をこそげ取ります。
- ③ゆでたじゃがいもは熱いうちにめん棒などでつぶし、マヨネーズを加えてよく混ぜます。
- ④③に明太子を加えてよく混ぜ、塩・こしょうで味をととのえます。
- ⑤16等分し、たわら型にしておきます。

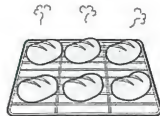


- 2 テーブルロールの2〜3まで同様の作業をおこなってください。
- 3 生地をめん棒で、だ円形にのばします。明太子ポテトサラダを包んで、閉じめをしっかりとつみ、形をととのえます。



- 4 クッキングシートを敷いたオーブン皿に閉じ口を下にして並べます。
霧吹きをし、30℃の場所で約60分発酵させます。

約2倍になったらOK



※打ち粉は、強力粉をお使いください。

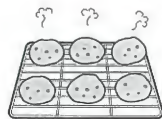
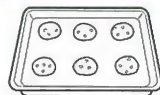
- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直して、スクッパーで8等分にします。
- 2 生地をめん棒で、だ円形にのばします。明太子ポテトサラダを包んで、閉じめをしっかりとつみ、形をととのえます。



- 4 チーズは8等分にしておきます。生地をめん棒で丸くのばし、チーズを包みます。閉じ口はしっかりとつみまします。

- 5 クッキングシートを敷いたオーブン皿に閉じ口を下にして並べます。
霧吹きをし、30℃の場所で約60分発酵させます。

約2倍になったらOK



天然酵母
使用

ベーコンエビ

ベーコンエビの生地を使って、他の形のフランスパンもお作りいただけます。

発酵時間
4時間

天然酵母 生地づくり

材 料 333kcal

4個分

水	160ml
生種	18g
強力粉	200g
薄力粉	80g
砂糖	4g 大 1/4
塩	4g 小 1
レモン汁	少々

貝

ベーコン
こしょう

4枚

適量

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直して、スクッパーで4等分にします。



2 生地の表面を張らせるように丸めます。このとき、生地が開まないようにやさしく丸めます。



生地をいためないように丸めてネ!

3 かたくしぼったぬれぶきんをかけて約20分休ませます。



4 生地を指で押してだ円形のばし、横に置きます。生地を上から巻き込んでこがし、15cmぐらいの長さの棒状にします。



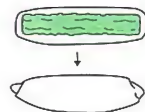
5 かたくしぼったぬれぶきんをかけて約5分おきます。



6 めん棒で縦横がベーコンの大きさより1cmずつ大きくなるように伸ばします。



7 中央にベーコンをのせてこしょうをふり、上下を折り合わせてしっかりとまんて閉じます。こがして形をとのえます。



8 クッキングシートを敷いたオープン皿に閉じ口を下にして並べます。霧吹きをし、28℃の場所で約60分発酵させます。

約2倍になったらOK



9 はさみで深く切り込みを入れ、左右交互に盛り付けます。



10 約200℃に予熱したオーブンに生地を入れ、生地とオープン内に霧をたっぷりと吹き、15～20分焼きます。

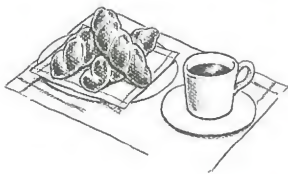




ピーナツツイスト

発酵時間
3時間30分

ピーナツツイストの生地を使って、バターロール・ドーナツ・スイートロール・メロンパン・あんパンが作れます。



天然酵母 生地づくり

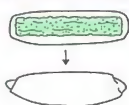
材 料	323kcal	6等分
水	120ml	
卵 (Mサイズ)	25g	1/4個
生酵母	24g	
強力粉	280g	
砂糖	28g	大 3 1/2
塩	4g	小 1
マーガリン	40g	
スキムミルク	6g	大 1
フィリング		
粒入りピーナツバター	60g	
とき卵	25g	1/4個

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直して、スクーパーで6等分にします。
- 2 生地を表面を張らせるように丸めます。このとき、生地が濡まないようにやさしく丸めます。
- 3 かんたしくばったぬれぶきんをかけて約20分休ませます。



- 4 生地を指で押して円形にのばし、横に巻きます。生地を上から巻き込んでこぼろし、棒状にします。かんたしくばったぬれぶきんをかけて約5分おきます。
約2倍になったらOK
- 5 めん棒で縦5cm×横25cmの大きさにのばし、横におきます。
- 6 ふちから1cm残して粒入りピーナツバターをぬります。上下を折り合わせてしっかりとつまんで閉じ、ころがして形をととのえます。



- 7 片側2cmくらい残して縦に切り離し、切り口を上にして、ねじりながら合わせいきます。
- 8 クッキングシートを敷いたオーブン皿に並べます。霧吹きをし、30℃の場所で約60分発酵させます。
約2倍になったらOK
- 9 とき卵をぬり、約180℃に予熱したオーブンで15～20分焼きます。



●この料理集以外の生地を作るには

市販のパンの本などを参考にして生地を作ることできます。その場合は小麦粉の量で250～280gの範囲で生地をおつくりいただけます。少なすぎても、多すぎても生地はよくできません。

●余った生地の保存方法

でき上がった後すぐ余った生地を軽く丸めなおし、2重のポリ袋に入れ、口をしっかりとしばり冷蔵庫に入れてください。使うときは手のひらで軽くつぶし、まるめなおしてから使います。
(保存は12時間まで)

2重のポリ袋に
入れてネ!

●作った生地を使って朝に焼きたてのパンを食べるには

バターロール

成形したあとと約め(20～30分)に発酵させてからバットに並べラップをして冷凍します。凍ったものはビニール袋にまとめて保存できます。

焼くときは30～35℃で解凍してからとき卵をぬって、170℃～200℃に予熱したオーブンで焼きます。



ピザ

平らにのばした生地をラップで包んで冷凍します。

焼くときは解凍しないで具をのせ、180℃～200℃に予熱したオーブンで約15分間焼きます。



■パンクースの取りだしからメニュー選びまでは、P.13～16の1～7と同じ手順でおこなってください。

※ねり・発酵を連続しておこなう場合は「7生地づくり」をお使いください。

※「8ねり」、「9発酵」ではパン焼き上がり後など、本体が温まっている状態では、他のメニューと同様に[E:01]が表示されスタートができません。

また室温が高いときなど「8ねり」をおこなった後に「9発酵」をスタートすると[E:01]が表示される場合があります。この場合はふたを開け、パンクースを取りだし本体をしばらく放置して、[E:01]が消えてから再スタートしてください。

[E:01]について(P.74もご覧ください。)

庫内の温度がパンの発酵温度を超えている場合は[E:01]が表示され、スタートできません。

※「8ねり」・「9発酵」・「10焼き」専用コースはタイマーセットができません。

※各コースとも、粉の量が280g以上の材料は入れないでください。

・**8ねり**：ねり工程のみをおこないます。ねり時間は1分単位で5～20分まで設定できます。(初期値は5分です。)

追加ねり：ねりが終了「できあがり」の工程バーが点滅している状態でタイマーキーを押すと、1分単位で1～5分まで追加ねりができます。この追加ねりはスタート時に粉合わせをせずにすぐ連続ねりをおこないます。

※「ねり」＋「追加ねり」の時間が30分を超えると追加ねりではできません。

※連続ねり時間が30分を超えた場合は、30分程度本体を休ませてから再スタートしてください。

※粉に対して水の割合が50%未満のかたい生地はねらないでください。(強力粉280gに対して、水分の合計は140ml以上にしてください。)

※パン生地以外の生地はねらないでください。

・**9発酵**：発酵工程のみをおこないます。発酵時間は5分単位で5分～2時間まで設定できます。(初期値は30分です。)

※パン生地の発酵以外に使わないでください。

・**10焼き**：焼き工程のみをおこないます。焼き時間は5分単位で5分～1時間40分まで設定できます。(初期値は5分です。)

※パン・ケーキ以外は焼かないでください。

※空焼きはしないでください。

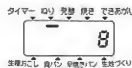
パンとケーキを焼く場合でそれぞれ焼き色を選べます。

「ふつう」……パンに適した焼き温度
「うすめ」……ケーキに適した焼き温度

例 ねり 10分を設定する場合。 ※「9発酵」・「10焼き」も同様です。

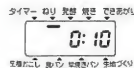
1 メニュー番号を設定します。

・メニューキーで「8ねり」を選択します。



2 時間を設定します。

・タイマーキーでねり時間を10分に設定します。



3 スタートさせます。

・[スタート]キーを押すとねりが始まります。

・「ねり」の工程バーが点滅にかわります。



4 生地を取りだします。

・ブザーがなり、「できあがり」の工程バーが点滅したら、[取]キーを押し、すぐに生地を取りだします。

・パンクースはふちにある矢印(ゆるむ)の方向に回して取りだしてください。



5 電源プラグを抜きます。

・電源プラグをしっかり持って、コンセントから抜いてください。



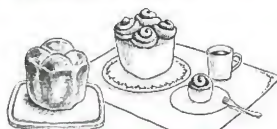
手づくりメニュー

カロリー 1食あたりのカロリー表示になっています。

ドライ
イースト
使用

シナモンロール
ホテルブレッド

発酵時間
45分



アイシングの作り方

材 料

砂糖粉 60g
卵白 17g 1/2個
レモン汁 少々

砂糖粉とよくいた卵白・レモン汁をねばりがでるまで混ぜます。(レモン汁がない場合は、砂糖粉と卵白のみでもアイシングができます。)

メニュー番号 9・10

シナモンロール 236kcal
ホテルブレッド 189kcal

材料

生地

水 140ml
卵 (Mサイズ) 25g 1/2個
強力粉 280g
砂糖 28g 大 3 1/2
塩 4g 小 1
マーガリン 40g
スキムミルク 6g 大 1
ドライイースト 4.8g 大 2

フィリング

シナモン 3g 大 1 1/2
グラニュー糖 36g 大 3

※シナモンロールとホテルブレッドは生地の分量は共通ですが、ホテルブレッドではフィリング・アイシングは使いません。

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

1 生地の材料をパンクースに入れ、メニューキーで「7生地づくり」を選び、タイマーキーで発酵時間を45分に設定してスタートキーを押します。

2 ブザーがなり生地づくりメニューが終了したら、取消キーを押して生地を取りだします。

※ホテルブレッドの場合は6へ

3 生地を丸め直し、かたくしぼっためれぶきんをかけて15～20分休ませます。



4 閉じ口を上にし、めん棒で縦40cm×横20cmの長方形にのばします。

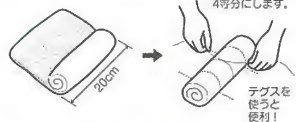


生地がべたつく場合は、打ち粉をします。

5 生地を縦長に置き、巻き終わりになる方を4cm残してよく混ぜシナモン・グラニュー糖を均一にちらします。



6 手前から巻き込み、巻き終わりをしっかり閉じます。軽くこねて形をととのえ、生地を4等分に切り分けます。(テグスを利用すると切り口がきれいになります。)



※ホテルブレッドの場合

打ち粉を軽くふった台の上に生地を取りだします。生地を軽く丸め直して、スクッパーで4等分します。



7 6で4等分した生地をパンケースに戻し、並べます。ホテルブレッドの生地は丸め直してから並べます。

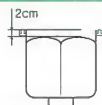


8 メニューキーで「9発酵」を選び、タイマーキーで発酵時間を50分に設定してスタートキーを押します。

生地の温度や室温、分量によっても発酵状態はかわってきます。発酵が足りないようでしたら、もう一度メニューキーで「9発酵」を選び、時間を設定してスタートさせます。発酵が進んでいるようでしたら取消キーを押して、発酵をやめます。



9 パンケースのふちから2cm下くらいまで生地がふくらんだら焼きに入ります。

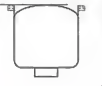


ワンポイントアドバイス

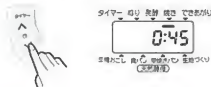
ひとつに丸めた生地の場合

・焼きに入る前の生地の大きさのめやすは？

生地の一冊高いところが、パンケースのふちの高さまでふくらんだら焼きに入ります。



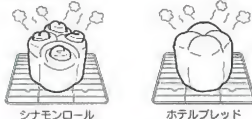
10 メニューキーで「10焼き」、焼き色キーで「ふつう」を選び、タイマーキーで焼き時間を45分に設定してスタートキーを押します。



11 プーサーがなったら、取消キーを押してパンケースを取りだします。



12 パンを網の上に置き、あら熱が取れたらアイシングをかけます。(ホテルブレッドはアイシングを使いません。)



■元種・生種について

天然酵母を使った食パンやパン生地を作るには、元種(※1)から作った生種(※2)を使います。元種から生種を作る作業を「生種をおこす」といい、エムケーホームベーカリーでは「生種おこし」メニューでおこないます。

(※1)元種(もただね)とは…

- ・天然の食物から培養された酵母で、乾燥した顆粒状になっています。
- ・元種は酵母が休眠している状態なのでそのままでは使えません。

(※2)生種(なまだね)とは…

- ・元種を水にとかして、充分発酵させたものです。この状態でパンづくりに使います。

エムケーホームベーカリーで使用する元種について

- 菌数(発酵力)が安定している「ホシノ天然酵母パン種」をお使いください。
※「ホシノ天然酵母パン種」以外の天然酵母は使うことができません。

ホシノ天然酵母パン種(元種)の入手先

品名「ホシノ天然酵母パン種」50g×5袋入り

- ホシノ天然酵母種に関するお問い合わせは
(有)ホシノ天然酵母パン種 お客様相談窓口
TEL.042(737)7825
受付時間 9:00~17:00(土・日を除く)

ホシノ天然酵母パン種お取り扱い店名

■株式会社東急ハンズ TOKYU HANDS INC.

渋谷店・新宿店・池袋店・北千住店・二子玉川店・横浜店・川崎店・町田店・藤沢店・心斎橋店・江崎店・三宮店・名古屋店・名古屋ANNEX店・広島店・札幌店
※一部お取り寄せとなる場合があります。
<http://www.tokyu-hands.co.jp>

■戸倉商事株式会社

「ママの手作りパン屋さん」
フリーダイヤル 0120(149)854
TEL.077(510)1777/FAX.077(522)3708
受付時間 9:00~18:00(土・日・祝日を除く)
<http://www.mamapan.jp>

■株式会社 きくや

「ホームメイドショップKIKUYA」
TEL.052(571)2770/FAX.052(571)1505
受付時間 9:00~18:00(日・祝日を除く)
<http://www.cc-kikuya.co.jp>

■元種・生種についてのお願い

■元種の保存について

- ・高温に弱いので、しっかり密閉して冷蔵庫で保存してください。常温・冷凍保存はしないでください。賞味期限までに使ってください。

■生種の保存について

- ・生種は付属の生種カップに入れ、ふたを必ず冷蔵庫に保存してください。(冷凍・常温保存はしないでください。)
- ・生種は1週間程度で使い切ってください。冷蔵庫に保存しておいても少しずつ発酵が進み、発酵力は落ちてきます。
- ・冷蔵庫に保存するときは納豆などの菌の強い食品の近くに置かないでください。
- ・新しい生種と古い生種を混ぜて保存しないでください。

■生種カップについて

- ・生種おこし専用カップとして清潔にしておいてください。

■生種が腐敗した場合

- ・生種カップを、うすめた台所用塩素系漂白剤にしばらくつけて、よくすすいでください。

生種の作り方

※室温が30℃以上で生種おこしをすると、発酵しすぎて生種がうまくおこせないことがあります。

※25℃～30℃の水を使ってください。水温が高すぎたり、低すぎると生種がうまくおこせないことがあります。

※元種を生種にするには24時間かかります。

※「生種おこし」メニューはタイマーセットができます。

生種

材 料

元種 50g

水 (25～30℃) 100ml

※1回の量で1斤の天然酵母 食パンを4～5回分作ることができます。

1 材料を生種カップに入れ、ふたをします。

①付属の生種カップが汚れていないか確認します。

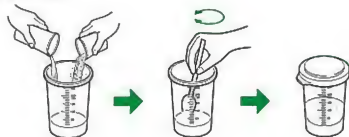
※生種が残っていたり、汚れていたりと新しい生種が腐敗する恐れがあります。

※生種を混ぜるスプーンも清潔なものをお使いください。

※P.68の「お手入れのしかた」をご覧ください。

②生種カップに水・元種を入れ、スプーンなどでよく混ぜます。

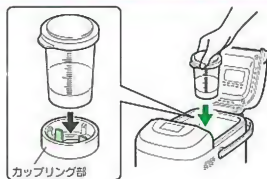
③生種カップにふたをします。



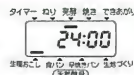
2 本体に生種カップを置きます。

①パンケースを本体から取りだします。

②生種カップを庫内のカップリング部にすずかに置き、本体のふたをします。



3 天然酵母キーを押して「生種おこし」を選びます。



注意

必ず天然酵母キーで「生種おこし」を選ぶ。

まちがったメニューを選んでスタートさせてしまうと生種カップが変形する恐れがあります。

4 スタートさせます。

・**スタート** キーを押すと発酵が始まります。

・表示はできあがりまでの残り時間にかわり、おこなっている「発酵」の工程バーが点滅します。

・**スタート** キーを押した後、

できあがりまでの時間を1分単位で表示します。

24:00 → 23:59



■ 生種の状態について

・スタート



6～20時間後、発酵により気泡が発生し、量が膨えることがあります。

・終了



うまくできたときは酒粕のようなアルコール臭と少し酸っぱいにおいがします。

5 生種カップを取りだします。

①ブザーがなり「できあがり」の工程バーが点滅したら**取消** キーを押してください。

②生種カップを取りだし、冷蔵庫に入れてください。



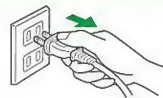
おしらせ

ブザーがなったら生種カップを早めに取りだしてください。(放置すると生種の発酵力が弱くなりパンのできばえに影響します。取りだし忘れた場合でもブザーがなってから2～3時間以内の放置であれば、すぐ冷蔵庫に入れてください。)



6 電源プラグを抜きます。

・電源プラグをしっかり持って、コンセントから抜いてください。



山形パンアレンジメニュー

■ でき上がったパンを使ってアレンジしてみましょう。

【カロリー】 1人分あたりのカロリー表示になっています。

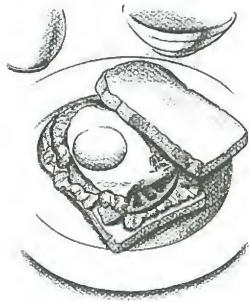
ベーコンエッグサンド

材料(2人分) 678kcal

食パン(厚さ1cm)	4枚
卵	2個
トマト	1個
ベーコンうす切り	6枚
レタス	3枚
バター・サラダ油・塩・黒こしょう	少々

作り方

- ① トマトはへたを取り除いて、厚さ7mmの輪切りに、レタスは細切りにします。
- ② フライパンにサラダ油小さじ1を熱し、トマトを中火で両面を焼き、塩少々をふり、取りだします。
- ③ 食パンをトーストし、片面にバターをぬって、2枚にレタスをひききトマトをのせます。
- ④ フライパンにサラダ油小さじ1を熱し、ベーコンを中火で焼き、焼き色がついたら裏返しにして弱火にし、3枚ずつまとめてその上に卵を1個ずつ割り落とします。
- ⑤ 卵は約3分焼き、塩・黒こしょう各少々をふります。1組ずつトマトの上にのせ、残りのトーストをのせます。



チキンサラダサンド

材料(2人分) 393kcal

食パン(厚さ1.5cm)	4枚
鶏ささみ	4本
セロリ	1/4本分
レタス	2枚
レモンの輪切り	1枚
マヨネーズ	2
粗マスタード	1
塩・こしょう	少々

作り方

- ① ささみは耐熱皿に塩を少しあけて並べ、塩・こしょう、各少々をふります。レモンの輪切りをのせ、ラップをして電子レンジで2分加熱し塩をとりまわす。セロリの茎はうす切り、レタスは細切りにします。
- ② ささみがさめたら手でほぐしてボールに入れます。セロリとマヨネーズ大さじ2、塩・こしょうを加え全体を混ぜます。
- ③ 食パンの片面にバターをぬり2枚に粗マスタードを小さじ1/2ずつぬります。その上にレタス、②をのせ食パンをのせます。

ツナコーンマヨネーズトースト

材料(2人分) 462kcal

食パン(厚さ1.5cm)	2枚
ツナ缶詰(90g)	1缶
玉ねぎ	1/4個
マヨネーズ	2
ホールコーン缶詰	1/2缶
カレー粉	1/2

作り方

- ① ツナは余分な缶汁を切りまわす。玉ねぎはみじん切りにします。ボールにツナ・コーン・玉ねぎとカレー粉小さじ1/2、マヨネーズ大さじ2を入れてよく混ぜ合わせます。
- ② 食パンに①を1/2量ずつのせて広げ、オーブントースターに入れて3分程焼きます。

ジャムメニュー

12ジャム

■ パンケースの取りだしからメニュー選びまでは、P.13~16の1~7と同じ手順でおこなってください。

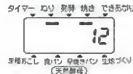
※12ジャムメニューはタイマーセットができません。

1 材料を準備します。

- ・材料と砂糖をパンケースの中に入れ、パンケースをふり、砂糖が材料全体にいきわたるようにします。
- ・約30分置き、果物から水分がでくわすのを待ちます。

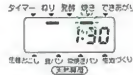


2 メニューキーで「12 ジャム」を選びます。



3 スタートさせます。

- ・「スタート」キーを押すとかきはん加熱が始まります。
- ・表示はできあがりまでの残り時間にかわり、「焼き」の工程バーが点滅します。



4 ジャムを取りだします。

- ・ブザーがなり「できあがり」の工程バーが点滅したら「取消」キーを押してパンケースを取りだしジャムをゴムベラなどで取りだしてください。

※ジャムの保存は冷蔵庫で1週間がめやすです。

5 電源プラグを抜きます。

- ・電源プラグをしっかり持って、コンセントから抜いてください。

【カロリー】 100gあたりのカロリー表示になっています。

りんごジャム

メニュー番号 12

材料 164kcal

りんご(皮つきのまますりおろす) [※]	400g
砂糖	150g
レモン汁	15ml 大1

※紅玉や国光などの赤く酸味があるりんごを使います。
※このジャムはりんごの皮がジャムの中に残ります。りんごの皮の中にジャムにとろみをつけるペクチンが多く含まれているので一緒にすりおろします。

作り方

- ① りんごをよく洗い、4つ切りにして塩水につけておきます。
- ② りんごを皮ごとすりおろし、パンケースに入れ砂糖とレモン汁を加えます。

いちごジャム

メニュー番号 12

材料 152kcal

いちご(1cm角に切る)	400g
砂糖	150g
レモン汁	15ml 大1

キウイジャム

メニュー番号 12

材料 173kcal

キウイ(1cm角に切る)	400g
砂糖	150g

ブルーベリージャム

メニュー番号 12

材料 167kcal

ブルーベリー	400g
砂糖	150g

温泉たまごの作り方

13温泉たまご

■ パンクースの取りだしからメニュー選びまでは、P.13～16の1～7と同じ手順でおこなってください。

- ※13温泉たまごメニューはタイマーセッティングができません。
- ※たまごは新鮮なものをお使いください。
- ※カラにヒビの入ったたまごは使わないでください。

1 材料を準備します。

・生たまごをパンクースに入れ、たまご全体がちょうどかき回すくらい水を入れます。たまごの数と大きさにより入れる水の量は下の表を参考に調整してください。水の調節によりかき回し具合が変わります。

1回に入れられるたまごはMサイズで5個までです。
※室温が10℃以下の場合は約20℃の水をお使いください。

Mサイズのたまごの場合
水量のめやす

1個	約530ml
2個	約460ml
3個	約430ml
4個	約370ml
5個	約400ml

1回にできる
温泉たまごの数

SSサイズ	5個
Sサイズ	
MSサイズ	
Mサイズ	
Lサイズ	4個
LLサイズ	



水量によるでき具合

かため



水の量を少なめにします。

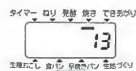
やわらかめ



水の量を多めにします。

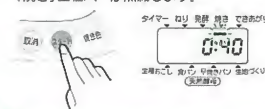
2 メニュー番号を設定します。

・メニューキーで「13温泉たまご」を選択します。



3 スタートさせます。

- ・[スタート] キーを押すと加熱が始まります。
- ・表示はできあがりまでの残り時間になり、「焼き」工程バーが点滅します。



4 たまごを取りだします。

・ブザーがなり、「できあがり」の工程バーが点滅したら [取消] キーを押し、すぐにパンクースを本体から取りだし、たまごを取りだします。

・パンクースはふちにある矢印(ゆるむ)の方向に回して取りだしてください。



※できあがった温泉たまごはできるだけ早くお召し上がりください。すぐに食べない場合は冷蔵庫で保存してください。

お願い

※温泉たまごをつくるとき、ガラス窓や庫内に水滴がつくことがあります。本体が冷えてからふき取ってください。

5 電源プラグを抜きます。

- ・電源プラグをしっかり持って、コンセントから抜いてください。



温泉たまごのだし(5個分)

材料	
水	50ml
しょうゆ	8ml 小 2
だしの素	少々

材料を小なべに入れ、ひと煮立ちさせてください。

ご愛用の手引き

おいしく食べるために



上手に焼きあげるワンポイント

■ 材料は新鮮なものを。

- ・粉は湿気が苦手です。製造年月日の新しいものを選びましょう。



■ 室温・水温に注意しましょう。

- ・室温・水温はパンの焼きばえに影響します。特に夏場は、涼しい所で必ず冷水(約5℃)を使いましょう。



■ ドライイーストについて。

- ・開封後は密封して冷蔵庫または冷凍庫へ保存してください。



■ 生種について。

- ・必ず冷蔵庫で保存し、1週間以内で使いきってください。冷凍・常温保存はしないでください。



おいしく食べるワンポイント

■ 焼き上がったら。

- ・すぐに取りだし、蒸気を逃がしましょう。
- ・人肌程度にさめたら、ラップに包むか、ビニール袋に入れて乾燥を防ぎます。
- ・パンを切るときは、人肌程度に冷めてからパン切りナイフを使って切ってください。
- ・3～4日程度ならラップで包むかビニール袋に入れて冷蔵庫で保存してください。



- ・長期の場合は同じようにして冷凍庫で保存してください。

■ 食べるときは。

- ・そのまま食べても、もちろんおいしくいただけます。
- ・トーストすれば「サクッ」とした歯ざわりでいっそうおいしくいただけます。



焼き色がこいときは

- ・スキムミルクを大スプーン1/2を減らしてください。



- ・砂糖を1/4～半量減らしてください。このときパンは少し小さくなります。



お手入れは1回ごとに必ずおこなってください。

お手入れする前に

- 必ず電源プラグをコンセントから抜いてお手入れしてください。

・台所用洗剤（食器用・調理器具用）をお使いください。

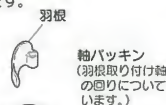
ベンジン・シンナー・クレンザー・漂白剤・たわし・化学そうじなど
は表面を傷つけますので使用しないでください。



消耗部品について

次の部品は消耗品です。

- ・パンケース
- ・羽根
- ・軸バッキン



※ 下記のような場合は部品交換（有料）が必要になります。お買い上げの販売店または裏表紙のお問い合わせ先にご相談ください。

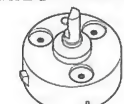
- ① パンケース・羽根のフッ素樹脂加工がはがれた場合。
- ② パンケースの羽根取り付け軸部分の軸バッキンが消耗し、羽根取り付け軸が回らなくなったり、材料がもれてきたり、生地に灰色や黒色のものが混ざってきた場合は、下図のパンケース軸受けの交換が必要です。

交換部品

- ・部 品 名：パンケース軸受け
- ・部品番号：HB-2800Z0



パンケース



パンケースの底に付いています。

お手入れ

■ 本体のお手入れ

- ・汚れたら、洗剤をうすめた水、またはぬるま湯にやわらかい布をひたし、よくしぼってからふき取ってください。
- ・庫内のパンくずなどは、早めにふき取ってください。

⚠ 警告

本体の丸洗いは絶対にしない。



■ 生種カップ・ふた

- ・うすめた台所用洗剤（中性）とスポンジを洗い、よくすすいで充分乾燥させてください。



雑菌が繁殖して腐敗してしまった場合

- ① うすめた台所用塩素漂白剤につけ、殺菌します。
- ② よくすすいで充分乾燥します。

→ 生種が腐っていると雑菌が繁殖して腐敗し、次の生種おこしがうまくできません。

パンケースには、塩素漂白剤を絶対に使用しないでください。

■ パンケース・羽根のお手入れ

※ 羽根がはずれにくい場合は、羽根をゆねりながら引っ張ってください。

※ 手をはさまないようにご注意ください。



- ・パンケース・羽根は、フッ素樹脂加工をしていますので、傷めないようにスポンジで洗ってください。



- ・羽根の穴に詰まった生地は水を含ませてやわらかくしてからようじなどで取り除いてください。



- ・パンケースに水を入れたまま放置したり、パンケースごと水につけたままにしないでください。（腐食したり、羽根取り付け軸が回らなくなることがあります。）

金属製のへら・クレンザー・たわしなどは絶対に使わないでください。

Q 取扱説明書に書かれている分量より多い(少ない)量でパンは作れないのでしょうか？

量が多いとパンがパンケースからあふれる場合があります。量が少ないとうまく焼き上がらない場合があります。取扱説明書どおりに作りましょう。



Q スキムミルクのかわりに牛乳を使ってもかまいませんか？

牛乳を入れた分だけ水を減らしてください。ただし、牛乳が変質することがありますので、タイマーでは使用しないでください。



Q マーガリンのかわりにバターを使ってもかまいませんか？

かまいません。ただし、ケーキのように多く使用する場合は、あらかじめ冷蔵庫からだし、やわらかくしてからお使いください。



Q 国内メーカーのドライイーストのかわりに、外国メーカーのドライイーストを使ってもかまいませんか？

外国メーカーのドライイーストは、国内メーカーのドライイーストとは性質が異なるためパンがうまくできない場合があります。必ず国内メーカーのドライイーストをお使いください。

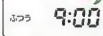
Q ホシノ天然酵母パン種以外の天然酵母を使ってもかまいませんか？

天然酵母の種類によって、生種おこしや発酵の条件がかわってきますので、エムケーホームベーカリーでは必ずホシノ天然酵母パン種をお使いください。

Q なぜ16時間しかセットできないのですか？

材料が変質したり、パンのでき上がりが悪くなることがあるからです。特に夏場はタイマーの時間を短くセットしてください。

短かめに！



Q なぜ「スイートパン」・「生地づくり」・「ケーキ」・「ジャム」・「天然酵母 生種おこし」・「天然酵母 早焼きパン」・「天然酵母 生地づくり」ではタイマーセットができないのですか？

発酵しすぎたり、材料が変質することがあるからです。



Q なぜレーズン・野菜・卵・牛乳を入れてタイマーセットができないのですか？

野菜・卵・牛乳などの入ったパンは腐敗することがあります。レーズンの入ったパンは粒がつぶれて充分にふくらまないことがあります。

Q パンに変なにおいがつくときがあるのはなぜですか？

ドライイーストの量が多すぎたり、古い小麦粉やにおいのする水を使うとパンに変なにおいがつくことがあります。



Q パンの内部に大きな穴があるのはなぜですか？

ガス抜きの際に気泡が1か所に集中してしまう場合があります。そのまま焼かれてしまったためです。ただし、味には変わりありません。



Q パンの高さ、形、焼き色を作るたびに異なるのはなぜですか？

パンは生きものなので室温・水温・材料の質・計量誤差・タイマー設定時間・粉の種類・ドライイーストの種類や生種の発酵状態などで、高さ・形・焼き色がかわります。



Q パンの角に小麦粉などがついてるのは？

パンケースの角に少し小麦粉や生地が湿らないで残る場合があります。パンについた小麦粉はナイフ等で取り除いてください。

Q 材料を入れる順番があるのはなぜですか？

タイマーを使うとき、運転する前にドライイーストが水にふれると発酵が進んでしまい、パンがうまくできない場合があります。



Q 夏場に冷水(約5℃)、冬場にぬるま湯(約30℃)を使うのはなぜですか？

生地の発酵温度は28℃前後が適当です。夏場は生地の温度が高くなるので冷水を入れ、冬場は生地の温度が低くなるのでぬるま湯を入れます。(詳しくはP.14を参照してください。)



Q アルカリイオン水はパンづくりや生種おこしに使えますか？

パン生地は中性からやや酸性が適した状態です。アルカリイオン水を使うと生地がアルカリ性になり、ドライイーストや天然酵母の働きが抑えられてしまい、パンがうまくできないことがあります。生種をおこすときにも使わないでください。

Q 1回に6個以上の温泉たまごができますか？

パンケースの中でたまごが2段になってしまうと、温泉たまごはうまくできません。Mサイズのたまごの場合は5個以下でご利用ください。

パンのできばえがおかしいときは

原因		こんなときに	パンがふくらみ過ぎている	パンのふくらみがたりない (焼き色がうすい場合) 発酵しすぎ	パンのふくらみがたりない (焼き色がこい場合) 発酵不足	粉の状態のまま焼けている
材料の計量	小麦粉	多すぎたとき	●			
		少なすぎたとき			●	
	ドライイースト	多すぎたとき	●	●		
		少なすぎたとき			●	
	砂糖	多すぎたとき	●			
		少なすぎたとき			●	
	水	多すぎたとき	●	●		
		少なすぎたとき			●	
室温	高すぎたとき(28℃以上)	●	●			
	低すぎたとき(10℃以下)			●		
水温	高すぎたとき(25℃以上)	●	●			
	低すぎたとき(5℃以下)			●		
ドライイースト・生種・小麦粉が古かった場合					●	
停電があった場合						●
作動中、  キーを誤って押した場合						●
焼き上がったパンをパンゲースの中に長時間放置した場合						
パンが十分に冷えていないうちに切った場合						
羽根が付いていなかった場合						●

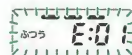
原因	まったくふくらまない	パンの焼き色がこすぎる	パンの内側の気泡が大きい	パンの皮がべたつき、割れ目が多くへこんでいる	パンを切ったとき、きれいに切れない	対策	参考ページ
							
			●			材料は正確に計量してください。計量誤差はパンのでぎに大きく影響します。特にドライイーストを計量するときは、付属の計量スプーンをたいて計量しますと多めに入りますので注意してください。※粉ははかりで計量してください。	13 14
	●						
		●	●				
			●				
						冷水(約5℃)を使います。	14
						温水(約30℃)を使います。	
						室温に合った温度の水をお使いください。	
						材料は新しいものをお使いください。	66
						生地を捨てて、新しい材料でやり直してください。	74
		●		●		焼き上がった後できるだけ早くパンを取りだしてください。	17 66
					●	パンが冷めてから切ってください。	66
						羽根は確実に羽根取り付け輪に取り付けてください。	13

- 次の点検をしてもなお不具合が生じる場合は、お買い上げの販売店でご相談・点検をご依頼ください。
- ご自分での分解や修理は危険ですから絶対にしないでください。

こんなときに お調べいただくこと	キーを押しても動かない	タイマーセットができない	蒸気口やふたの周囲からわずかに煙りが出る	パン生地がねりができない	焼き上がったパンの中に羽根がうもれている	タイマー予約でパンができていない	途中で止まっていた	お手数ページ
電源プラグが抜けていませんか	●							15
庫内が高温になっていませんか (E:01を表示)	●							74
メニューを選びましたか	●							15
タイマーのセット方法をまちがえていませんか		●						19
「スイートパン」・「生地づくり」・「ねり」・「発酵」・「焼き」・「クーキ」・「ジャム」・「温泉たまご」・「天然酵母 生種おこし」・「天然酵母 早焼きパン」・「天然酵母 生地づくり」のコースを選んでいませんか		●						19
材料がヒーターの上にこぼれていませんか			●					
羽根をつけ忘れていませんか				●				13
羽根を確実に取り付けましたか					●			13
水の量は適切でしたか				●				
タイマーセット時間をまちがえていませんか						●		19
電源プラグを抜いたり、  キーをさわりませんでしたか							●	74
停電がありませんでしたか							●	74

こんな表示がでたときは

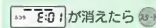
-
- 29-1**
- キーを押したら



E: 01が点減している。

- バン焼き機の内部が高温(38℃以上)になっている。
- 焼き上げ直後再び使用すると表示されます。また「8ねり」終了後に使用すると表示される場合があります。

ふたを開けてパンケースを
取りだし、冷ましてください。



キーを押してください。

- 使用中に

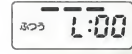


表示が点滅している。

- 使用中に停電があった。
(途中で電源プラグを抜いたり、ブレーカーが切れた場合も含まれます)

生地を取りだし、新しい材料で最初からやり直してください。

- ## ■ でき上がったら



- ねり・発酵中にパン生地温度が適温より高かった。

- ねり・発酵中にパン生地温度が適温より低かった。
(寒冷地で発生することがあります。)

次からはバンブুকりに適した温度(15~28℃)の場所でお使いください。

- ・上記以外の表示がでたときは、お買い上げの販売店または裏表紙のお問い合わせ先に点検・修理をご相談ください。

仕様

形	式		HB-100
電	源		100V (50/60Hz)
消費電力	ヒーター		360W
	モーター	50Hz	90W
		60Hz	80W
定格消費電力			360W (ジャムメニュー時)
粉の容量 (強力粉)			280g
食パンの形			山形パン
タイマー			16時間まで
安全装置			温度ヒューズ (192℃)
電源コード			約1.2m
外形寸法			幅23・奥行34.5・高さ29cm
重量			約5.5kg
付	属品		大小スプーン・ドライイースト専用スプーン・計量カップ・生練りカップ (ふた付き)

アフターサービスについて

■ 修理サービスについて

- ご使用中に異常が生じたときは、お使いになるのをやめ、電源プラグをコンセントから抜いて、お買い上げの販売店または下記のお問い合わせ先にご相談ください。
- 自動ホームペカリーの補修用性能部品は製造打切後最低6年間保有しています。補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品のことです。
- 保証期間経過後の修理については、販売店にご相談ください。修理によって機能が維持できる場合は、お客様のご要望により有料で修理します。

■ 保証について

- この商品は保証書付きです。
- 保証書はお買い求めの販売店で所定事項を記入してお渡しいたしますので、内容をよくお読みのうえ大切に保管してください。
- 保証期間はお買い求めの日から1年間です。保証書の記載内容により、お買い求めの販売店に修理をご依頼ください。

■ 消耗部品について

- パンケース・羽根・軸バッキンは消耗部品になります。

こんな症状は
ありませんか

- ・電源コード・プラグが異常に熱い。
- ・本体が異常に熱かったり、こげくさい臭いがする。
- ・製品にさわるとビリビリ電気を感ずる。
- ・その他の異常や故障がある。

こんな
ときは

このような症状の時は
コンセントから電源
プラグを抜き販売店に点
検をご相談ください。

— お客様相談窓口 —

この製品の使用方法、アフターサービス並びに品質に関するお問い合わせは、

エムケー精工 お客様相談窓口

〒387-8603 長野県千曲市雨宮1825

■ 通常電話番号

026 (272) 4111 (代表)

■ FAX

026 (274) 7089

フリーダイヤル ☎ 0120-70-4040 受付時間：月曜日～金曜日 午前9時～午後5時
(祝日および弊社休業日を除く)

Let's enjoy the future!



エムケー精工株式会社

〒387-8603 長野県千曲市雨宮1825

TEL 026 (272) 4111 (代)

FAX 026 (274) 7089 (代)

[支店]

札幌支店	〒004-0841	札幌市清田区清田一条1-9-21	TEL 011 (881) 7311
仙台支店	〒983-0023	仙台市宮城野区榴田町4-14-22	TEL 022 (258) 3861
東京支店	〒125-0062	東京都葛飾区青戸8-3-5 MK東京ビル3F	TEL 03 (3604) 6441
新潟支店	〒950-0923	新潟市姥ヶ山2-18-15	TEL 025 (287) 0911
長野支店	〒387-0007	長野県千曲市大字屋代4299-1	TEL 026 (272) 7541
名古屋支店	〒453-0855	名古屋市中村区烏森町6-109	TEL 052 (461) 7261
金沢支店	〒920-0027	金沢市駅西新町1-38-18	TEL 076 (264) 1115
大阪支店	〒564-0043	大阪府吹田市南吹田3-6-4	TEL 06 (6386) 5800
広島支店	〒731-0138	広島市安佐南区紙園3-36-28	TEL 082 (871) 7355
福岡支店	〒812-0061	福岡市東区鶴松1-2-31	TEL 092 (612) 1077

[営業所]

静岡営業所	〒422-8035	静岡市駿河区宮竹1-13-5	TEL 054 (238) 0111
高松営業所	〒760-0079	高松市松縄町25-1	TEL 087 (837) 3303
鹿児島営業所	〒891-0175	鹿児島市桜ヶ丘2丁目19-18	TEL 099 (201) 0008

HB-D03920